

UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA E DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO



TRABALHO DE PROJECTO

PRÁTICAS DE ANIMAÇÃO DE IDOSOS

Sabina da silva

CICLO DE ESTUDOS CONDUCENTE AO GRAU DE  
MESTRE EM CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO

Área de Especialização em Formação de Adultos

2009

UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA E DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO



TRABALHO DE PROJECTO

PRÁTICAS DE ANIMAÇÃO DE IDOSOS

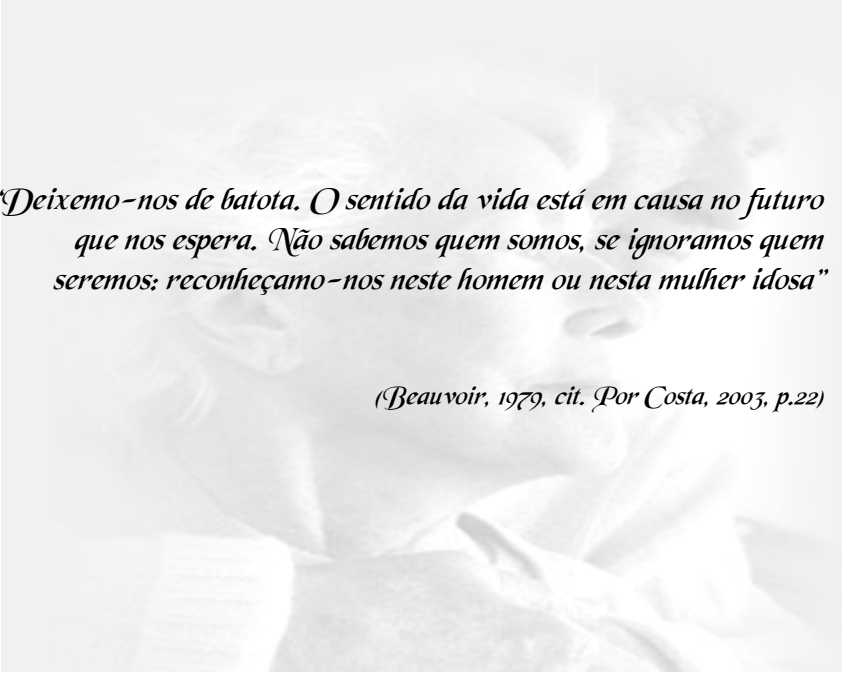
Sabina da silva

Trabalho de Projecto Orientado pela Prof. Doutora  
Natália Alves

CICLO DE ESTUDOS CONDUCENTE AO GRAU DE  
MESTRE EM CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO

Área de Especialização em Formação de Adultos

2009



*“Deixemo-nos de batota. O sentido da vida está em causa no futuro que nos espera. Não sabemos quem somos, se ignoramos quem seremos; reconheçamo-nos neste homem ou nesta mulher idosa”*

*(Beauvoir, 1979, cit. Por Costa, 2003, p.22)*

|  | <b>Páginas</b>            |
|--|---------------------------|
| Resumo   | 3                         |
| Abstract   | 4                         |
| Introdução   | 5                         |
| <b>Capítulo I – Enquadramento Geral do Projecto</b>                | <b>7</b>                  |
| 1. Necessidade da Intervenção                                      | 7                         |
| 2. Definição e Enquadramento Teórico da Problemática               | 9                         |
| 2.1. Educação de Adultos e Animação Sociocultural                  | 9                         |
| 2.2. Envelhecimento em Portugal – Situação Demográfica             | 10                        |
| 2.3. O Idoso na Sociedade Contemporânea                            | 11                        |
| 2.4. O Idoso e a sua Família                                       | 14                        |
| 2.5. Animação para Pessoa Idosas                                   | 15                        |
| 3. Caracterização da Instituição Leões de Portugal                 | 19                        |
| 3.1. Contextualização Histórica da Instituição "Leões de Portugal" | 19                        |
| 3.2. Centro de Dia dos Leões de Portugal                           | 19                        |
| 3.3. Organização do Centro de Dia                                  | 20                        |
| 3.4. Actividades, Iniciativas e Parcerias                          | 21                        |
| 4. Identificação e Caracterização do Grupo-Alvo                    | 22                        |
| 5. Identificação das Condições para o êxito do projecto            | 25                        |
| 6. Definição do Âmbito Temporal                                    | 26                        |
| 7. Resultados Esperados  | 26                        |
| <b>Capítulo II – Projecto</b>                                      | <b>27</b>                 |
| 1. Apresentação do Diagnóstico                                     | 27                        |
| 1.1. Os/As Utentes do Centro de Dia dos Leões de Portugal          | 28                        |
| 1.2. O Centro de Dia dos Leões de Portugal                         | 32                        |
| 1.3. O/A Animador/a de Idosos                                      | 36                        |
| 2. Identificação e Definição dos Problemas                         | 40                        |
| 3. Finalidades do Projecto   | 42                        |
| 4. Objectivos Gerais do Projecto                                   | 42                        |
| 5. Objectivos Específicos do Projecto                              | 42                        |
| 6. Apresentação das Estratégias a Utilizar                         | 43                        |
| <b>Capítulo III – Plano de Actividades</b>                         | <b>45</b>                 |
| 1. Actividades do Projecto   | 45                        |
| 2. Identificação e Calendarização da Actividades a Desenvolver     | 61                        |
| <b>Capítulo IV – Plano de Avaliação do Projecto</b>                | <b>62</b>                 |
| <b>Capítulo V – Orçamento Global do Projecto</b>                   | <b>64</b>                 |
| Conclusão Reflexiva  | 65                        |
| Bibliografia   | 67                        |
| <b>ANEXOS</b>  | <b>Encontram-se em CD</b> |



## **RESUMO**

Com o crescente aumento da população idosa em Portugal, e no Mundo, aumenta também o número de instituições que acolhem idosos. Com o aumento do número de instituições, aumenta também a qualidade das suas condições, que começam a ter em conta a importância das práticas de animação como melhoria da qualidade de vida dos idosos, e deste modo começam a integrá-las na sua prática quotidiana.

O Trabalho de Projecto de Intervenção apresentado tem como finalidade a concepção de um Projecto de Práticas de Animação de Idosos. O referido projecto apresenta diferentes temas que integram várias actividades de animação. A elaboração do referido projecto teve como base a realidade do Centro de Dia da Instituição Leões de Portugal. Foram realizadas entrevistas semi-estruturadas à Coordenadora do Centro de Dia, bem como à Animadora, e realizaram-se questionários aos utentes. Da análise dos dados foram identificados os diferentes problemas da instituição. Com o projecto pretendo minimizar os problemas identificados, e deste modo contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos utentes do centro.

Os resultados esperados com este projecto são aumentar a visibilidade do centro de dia, e deste modo aumentar o número de utentes do centro de dia e consequentemente aumentar também as verbas financeiras; e proporcionar actividades que vão ao encontro do interesse dos utentes, que são o alvo de todo o projecto, e assim aumentar a sua motivação em participar nas actividades.

**PALAVRAS-CHAVE:** IDOSOS; ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL; CENTRO DE DIA; ANIMAÇÃO; ACTIVIDADES.

## **ABSTRACT**

With the crescent increase of the senior population in Portugal, and in the World, it also increases the number of institutions that host senior people. With the increasing number of institutions, it also increases the quality of their conditions, and they begin to take into account the importance of the animation practices as improvement of the quality of the seniors' life, and this way they begin to integrate them into their daily practice.

The Project Work Intervention presented aims to design a project of Practices of Animation of Senior. This project presents different themes that integrate several animation activities. The development of the project was based on the reality of the Center of the Institution “Leões de Portugal”. Interviews were conducted semi-structured to the Coordinator of the Center, as well as to the Animator, and held questionnaires to users. Data analysis identified the different problems of the institution. With the project plan, I intend to minimize the identified problems and this way to contribute for the improvement of the quality of life of the users of the center.

The expected outcomes of this project are to increase the visibility of the center, and increase the number of users of the center in the daytime and consequently to also increase the financial budgets; and providing activities that meet the interests of the users, which are the target of the whole project, and increase their motivation to participate in the activities.

**WORD-KEY:** SENIOR; HEALTHY AGING; CENTER; ANIMATION; ACTIVITIES.

## INTRODUÇÃO

Um dos triunfos mais significativos do século XX foi o aumento da esperança média de vida da população. A população idosa ocupa cada vez mais um papel fundamental na estrutura demográfica mundial, verificando-se uma inversão das pirâmides etárias na generalidade dos países desenvolvidos. A terceira idade consiste numa fase dominada por enormes transformações a nível físico, psíquico, e apesar do envelhecimento ser um processo natural, depende em grande parte dos comportamentos e hábitos de vida do indivíduo. Neste sentido, a animação é um dos mais importantes contributos para um envelhecimento saudável. Porém, segundo Simões (2006), *“o envelhecimento da população tende a ser encarada muito mais como uma ameaça do que, propriamente, como um desafio, isto é, como uma dificuldade, por certo, mas também como uma oportunidade de progresso”*.

Com o aumento da população idosa, e com a diminuição do tempo disponível por parte das famílias para cuidar dos seus idosos, torna-se essencial criar não só infra-estruturas mas também actividades que promovam o bem-estar físico, social, psicológico e espiritual de toda a população sénior.

O presente projecto de Práticas de Animação de Idosos foi desenvolvido com base na realidade do Centro de Dia da Instituição “Leões de Portugal – Associação de Solidariedade Sportinguista, IPSS”. Com este projecto pretendo criar actividades de animação que proporcionem aos idosos o bem-estar, tornando-os indivíduos mais activos, quebrando o isolamento que muitas vezes surge associado ao envelhecimento, e elaborar um plano de actividades estruturado e organizado de forma a ser uma mais valia para a instituição e fundamentalmente para os idosos.

Para a concepção deste projecto irei realizar inicialmente um trabalho investigatório junto das pessoas que trabalham directamente com idosos, e irei também realizar um questionário aos idosos que se encontram na instituição.

O presente trabalho apresenta a seguinte estrutura: *Introdução*, o *Enquadramento Geral do projecto*, que integra as *Necessidades de Intervenção*, a *Definição e Enquadramento Teórico da Problemática* com os sub-pontos *Educação de Adultos e Animação Sociocultural*, *Envelhecimento em Portugal - Situação Demográfica*, *O Idoso na Sociedade Contemporânea*, *O Idoso e a sua Família e Animação para Pessoa Idosas*; em seguida é feita a *Caracterização da Instituição*

*“Leões de Portugal”, com os sub-pontos Contextualização Histórica da Instituição “Leões de Portugal”, Centro de Dia dos Leões de Portugal, Organização do Centro de Dia, e Actividades, Iniciativas e Parcerias; é feita ainda a Identificação e Caracterização do Grupo-Alvo, Identificação das Condições para o êxito do projecto, Definição do Âmbito Temporal e os Resultados Esperados. No Capítulo II – Projecto é feita a Apresentação do Diagnóstico com a Análise Descritiva aos Questionários aos Utentes do Centro de Dia, Análise Descritiva à Entrevista à Directora/Coordenado do Centro de Dia e Análise Descritiva da Entrevista à Animadora do Centro de Dia. Inerente a este Capítulo é feito ainda a Identificação e Definição dos Problemas, definidas as Finalidades do Projecto, os Objectivos Gerais do Projecto, os Objectivos Específicos do Projecto e a Apresentação das Estratégias a Utilizar. O Capítulo III deste trabalho diz respeito ao Plano de Actividades com a Identificação e Calendarização da Actividades a Desenvolver e as Actividades do Projecto. No Capítulo IV é feito a Plano de Avaliação do projecto e no Capítulo V é feito o Orçamento Global do projecto. Por fim, salienta-se a Conclusão Reflexiva onde é realizada uma reflexão sobre todo o processo de construção do projecto, seguindo-se a Bibliografia.*

# **CAPÍTULO I – ENQUADRAMENTO GERAL DO PROJECTO**

## **1 – NECESSIDADE DA INTERVENÇÃO**

Perante o envelhecimento progressivo da população, a sociedade civil e o Estado têm vindo a organizar-se e a criar condições para acolher um número crescente de idosos. Daí surge a emergência das respostas sociais institucionalizadas, locais privilegiados para a animação de idosos.

O termo “envelhecimento activo” foi adoptado pela Organização Mundial de Saúde, no final dos anos 90, e pretende transmitir uma mensagem mais abrangente do que a designação “envelhecimento saudável”, reconhecendo que, para além dos cuidados a nível da saúde, existem outros factores que afectam o modo como os indivíduos e as populações envelhecem (Jacob, 2007). De acordo com Jacob (2007), o principal objectivo do envelhecimento activo é aumentar a expectativa de uma vida saudável e de qualidade de vida. Aplica-se tanto a indivíduos como a grupos populacionais e possibilita que as pessoas percebam o seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo do curso da vida e integra a participação activa das pessoas idosas nas questões económicas, culturais, espirituais, cívicas e na definição das políticas sociais.

A nível individual, o envelhecimento activo pode ser entendido como o conjunto de atitudes e acções que podemos ter no sentido de prevenir ou adiar as dificuldades associadas ao envelhecimento. As alterações físicas e intelectuais que ocorrem com o envelhecimento variam de pessoa para pessoa e dependem das características genéticas e hábitos tidos durante a vida. É relevante salientar ainda a importância de uma alimentação saudável, a prática adequada de exercício físico, uma boa hidratação, repouso e exposição moderada ao sol, não esquecendo as consultas de rotina ao médico de família. O bem-estar psíquico e intelectual (memória, raciocínio, boa disposição) – fundamentais no envelhecimento activo e saudável – também protegem e promovem com cuidados permanentes: leitura regular, participação activa na discussão dos assuntos do quotidiano, realização de jogos que estimulam raciocínio, manutenção de actividades dentro e fora de casa (passeios, visitas, voluntariado...), participação em tarefas de grupo ou eventos de associativismo, entre outros. Mas o investimento individual da pessoa idosa (e respectivas famílias), carece obviamente de políticas e infraestruturas comunitárias (Meireles, 2008).

É crucial nos dias de hoje consciencializar as pessoas para a importância do envelhecimento activo, e fazer com que percebam o seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo da sua vida. A animação está nos dias que correm no centro das prioridades de todas as estruturas de acolhimento de pessoas idosas, que tomaram consciência da sua importância enquanto elemento determinante da qualidade de vida em estabelecimentos e que se integra no projecto de vida de uma instituição, preservando a autonomia dos residentes.

Tomando como ponto de partida a importância que têm as actividades de animação para o aumento da qualidade de vida a nível físico, social, psicológico, cognitivo e espiritual das pessoas idosas, decidi conceber um projecto de intervenção na área das “Práticas de Animação de Idosos”, no Centro de Dia dos Leões de Portugal. É cada vez mais necessário fazer com que as instituições que acolhem idosos tenham um plano estruturado de animação. A instituição Leões de Portugal tem um plano de actividades anual que integra o Centro de Dia, sendo que o próprio centro de dia possui o seu plano de actividades que é construído mensalmente. Apesar de ter um plano de actividades não possui até ao momento um projecto de animação. Deste modo, propus à Coordenadora do Centro de Dia a concepção de um projecto de intervenção direccionado exclusivamente para os utentes do centro. A Coordenadora considerou a ideia uma mais valia para o centro na medida em que no momento são sentidas algumas dificuldades que poderão ser colmatadas com a implementação de um projecto de intervenção na área específica da animação de idosos, assente no diagnóstico da realidade do centro de dia.

## 2 – DEFINIÇÃO E ENQUADRAMENTO TEÓRICO DA PROBLEMÁTICA

### 2.1. EDUCAÇÃO DE ADULTOS E ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

Quando pensamos em animação de idosos ou em actividades de animação para pessoas idosas, pode não nos ocorrer que esta temática está directamente relacionada com a Educação de Adultos.

A educação de adultos confunde-se com o processo de vida de cada indivíduo, e encarado nesta perspectiva de educação permanente emerge na ideia de que “*a instrução deve estar presente em todas as idades e não há nenhuma em que seja inútil aprender*” (Canário, 2000, p.11). Esta frase deveria, na minha opinião, estar exposta em todas as instituições que acolhem idosos, e até nas nossas casas, pois se a aprendizagem deve decorrer ao longo de toda a nossa vida, então porque ouvimos tantas vezes as pessoas mais idosas afirmarem que “*aprender já não é para a minha idade*”. Felizmente ainda assistimos a situações pontuais de idosos/as que mostram que esta ideia não é real. No primeiro contacto que tive com os idosos do Centro de Dia dos Leões de Portugal ouvi de alguns utentes o famoso ditado “*Burro velho não aprende línguas*”. No entanto, outros houve que mostraram que ainda tem muito para aprender, ilustrando o ditado “*Nunca é tarde para aprender*”. É claro que há que ter em conta a vivência de cada utente, o que influencia o modo como hoje encaram a sua vida.

A razão pela qual a animação se encontra associada à educação de adultos, deve-se ao facto de a difusão das práticas educativas dirigidas a adultos ser acompanhada de um processo de diferenciação interna e de complexificação do próprio campo da educação de adultos. A “Animação Sociocultural” é assim a prática educativa inerente à educação de adultos mais recente, verificando-se nos anos sessenta uma rápida difusão dos termos *animação e animador*, como resposta a um conjunto de mudanças sociais que marcam o início de uma crise da civilização urbana (Canário, 2000).

A animação é actualmente um campo fundamental da acção educativa que abrange públicos muito diversificados no que diz respeito à idade, estatuto social e nível de instrução. Está também presente em áreas de actividade social muito diversas, como as empresas, serviços sociais, vida escolar, administração pública, organização de saúde, etc., e que conta já com instituições especializadas nesta matéria e com um corpo de agentes em acelerado processo de profissionalização.

Quando temos em conta os diferentes níveis de formalização da acção educativa, *nível formal, não formal e informal*, é neste último nível que se insere preferencialmente

a animação, nível que corresponde a todas as situações potencialmente educativas, mesmo que não conscientes, nem intencionais, por parte dos destinatários, correspondendo a situações pouco ou nada estruturadas e organizadas. Não posso deixar de referir como exemplo uma situação real que ocorreu no centro de dia, e que me foi descrita pela animadora como sendo uma situação bastante curiosa e interessante, quando um dos utentes do centro de dia analfabeto, por curiosidade e na brincadeira pede à animadora para lhe ensinar a escrever o seu nome no computador. Após alguns dias o idoso aprende realmente a escrever o seu nome no computador. O que é de destacar nesta situação é que de uma forma nada estruturada, e nada consciente, se deu um fenómeno educativo.

Tendo em conta o exemplo anterior, a animação não pode ser encarada apenas como um fenómeno lúdico de ocupação dos tempos livres. A animação deve ser entendida como um conjunto de processos que permite potenciar e articular, em termos educativos, as situações sociais quotidianamente vividas. O tipo de animação que será evidenciado ao longo deste ponto é a animação de idosos, porém, antes de abordar especificamente esse tema irei, em primeiro lugar, falar do Envelhecimento em Portugal.

## **2.2. ENVELHECIMENTO EM PORTUGAL – SITUAÇÃO DEMOGRÁFICA**

O aumento crescente da população idosa é um dos aspectos mais evidentes da sociedade portuguesa actual. Dados recentes mostram que entre 1941 e 2001, houve um crescimento da população com idade igual ou superior a 65 anos, tendo passado de cerca de 505 600 para 1 735 500 indivíduos. Ainda segundo estes dados, tudo indica que a população idosa atinja cerca de 2 027 000 indivíduos em 2020, representando 19,2 % do total nacional (Paul e Fonseca, 2005)

Dentro de aproximadamente 15 anos, um em cada cinco portugueses terá 65 ou mais anos e, em meados de século XXI essa relação será praticamente de um para cada três portugueses. Estes dados, conjugados com uma taxa de fertilidade baixa e com o previsível aumento da esperança média de vida (mais de seis anos, em média, até 2050), resulta num progressivo envelhecimento da população portuguesa, prevendo-se que em 2025 existam 173 pessoas com mais de 65 anos de idade para cada 100 com menos de 15, e em 2050 esse número suba para 243 pessoas idosas para cada 100 jovens (Cardoso, 2008). Entre os diferentes factores que contribuem para o aumento crescente



da população idosa, destacam-se a redução da natalidade, e a redução da morbidez e da mortalidade (Zimerman, 2000). Porém, é importante referir que não existem idosos a mais, existem sim crianças e jovens a menos, pois o aumento da população idosa não se deve propriamente ao aumento da duração média de vida, mas ao não equilíbrio verificado na base da pirâmide (ocupada pelos mais novos), que como já foi referido anteriormente, tem diminuído drasticamente. Deste modo, não se vão renovar as gerações e cada vez é maior o número de óbitos em relação ao dos nascimentos, “*sendo necessário mais caixões do que berços*” (Oliveira, 2008, p.16).

Este crescente aumento da população idosa e a actual valorização social da velhice ou do ser-se idoso, são considerados, por alguns como um fardo pesado para a sociedade, na medida em que tem que disponibilizar verbas e condições adequadas a alguém que se tornou improdutivo (Bize e Vallier, 1995, citado por Cardoso, 2008). É fundamental mudar esta perspectiva tão fomentada na nossa sociedade, e começar a encarar os idosos como indivíduos capazes de progredir e adquirir novas aprendizagens, pois alguns estudos evidenciam que os idosos, assim como qualquer outro grupo etário, conservam a sua capacidade para aprender (Simões, 1999).

### **2.3. O IDOSO NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA**

A sociedade contemporânea rege-se por valores materiais o que implica ter como principal objectivo a rentabilização da produção em que se privilegiam apenas os indivíduos activos. Este aspecto pode exercer efeitos depressivos nas pessoas o que leva a situações “*stressantes*”, geradoras de doenças e que de algum modo poderão diminuir a capacidade produtiva da pessoa mais fragilizada.

Como o idoso se encontra retirado da esfera do trabalho produtivo, deixando de exercer funções que inactivam a reciclagem e a aquisição de novos conhecimentos, não é difícil prever que nestas circunstâncias ele tenda ao isolamento, e ao isolar-se assuma cada vez mais uma situação de dependência. É importante mudar esta perspectiva e consciencializar a sociedade que os idosos poderão ser muito úteis se soubermos aproveitar as suas capacidades.

Este afastamento do idoso do trabalho encontra explicação no contexto da cultura ocidental, onde é dominante um modelo de desenvolvimento, assente fundamentalmente sobre os mitos do crescimento económico e do produtivismo, do qual resulta uma visão redutora do homem e da sociedade, que se encontra dividido

entre membros activos e membros inactivos. (Martins, s/d). Por outras palavras, toda a população que já não é economicamente activa, que apenas produz despesa é, de certo modo, posta de parte pois já não contribui de forma positiva para o desenvolvimento do país. Esta perspectiva é negativa e desmotivante, na medida em que os próprios idosos interiorizam que já não têm capacidade para serem socialmente úteis, nem para adquirir novos conhecimentos, e quando são confrontados com novas situações não estão motivados para as enfrentar. Este aspecto é visível no Centro de Dia Leões de Portugal na medida em que os utentes se encontram pouco motivados para participar em novas actividades, mencionando que “já não têm idade para essas modernices”.

De acordo com o Ministro da Solidariedade Social, no Seminário “Envelhecer: um Direito em Construção” (1998), *“estão a dar-se grandes transformações estruturais na sociedade portuguesa: transformações demográficas, económicas, sociais e culturais, de que o envelhecimento é um efeito e ao mesmo tempo um factor. Trata-se de um fenómeno global, que afecta não só os idosos, mas também as famílias, todos os meios e estratos sociais, nalguns dos quais com particular gravidade, colidindo com a capacidade das famílias em responder a esse desafio. É um fenómeno social que a todos diz respeito...”*. Deste modo, é importante criar condições para que toda a população idosa possa usufruir dos apoios mínimos necessários, espaços físicos, alimentação, saúde, actividades, para que deste modo possam viver de uma forma digna até ao fim das suas vidas.

Em resposta a este problema social de velhice, está a consolidar-se um campo de produção e gestão de bens específicos para os idosos e que tende a generalizar-se e a oferecer produtos diversificados. Embora os apoios sociais e financeiros dirigidos aos idosos se continuem a revelar insuficientes no nosso país, é importante salientar algumas formas de equipamentos disponíveis:

LAR DE IDOSOS – equipamentos colectivos de alojamento permanente ou temporário, destinados a fornecer respostas a idosos que se encontram em risco, com perda de independência e/ou autonomia;

LARES PARA CIDADÃOS DEPENDENTES – residenciais a idosos que apresentam um maior grau de dependência;

CENTROS DE DIA – instituições que dão apoio através da prestação de serviços dirigidos a idosos da comunidade, cujo principal objectivo é desenvolver

actividades que proporcionem a manutenção dos idosos no seu meio sócio-familiar;

CENTRO DE CONVÍVIO – instituições a nível local, que pretendem apoiar o desenvolvimento de um conjunto de actividades sócio-recreativas e culturais destinadas aos idosos de uma determinada comunidade.

(Martins, s/d)

Nos últimos tempos, apesar das respostas sociais nem sempre corresponderem ao desejável, a verdade é que se vai notando uma crescente preocupação em implementar respostas inovadoras, destacando-se recentemente:

O SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO – prestação de serviços, por ajudantes e/ou familiares no domicílio dos utentes, quando estes, por motivo de doença ou outro tipo de dependência, sejam incapazes de assegurar temporária ou permanentemente a satisfação das suas necessidades básicas e/ ou realizar as suas actividades diárias.

ACOLHIMENTO FAMILIAR – consiste no apoio dado por famílias idóneas que acolhem temporariamente idosos, quando estes não têm família natural ou tendo-a não reúnem condições a nível económico, físico e até psicológico que proporcionem um bom desempenho das funções básicas dos idosos.

AS COLÓNIAS DE FÉRIAS E O TURISMO SÉNIOR – são ofertas sociais que comportam um conjunto de actividades que pretendem satisfazer as necessidades de lazer e quebrar a rotina, proporcionando ao idoso um equilíbrio físico, emocional e social.

O TERMALISMO – permite aos idosos em férias tratamentos naturais, reduzindo deste modo o consumo de medicamentos. Possibilita também a deslocação temporária da sua residência habitual, permitindo deste modo o contacto com um meio social diferente, promovendo a troca de experiências, que quebram ou reduzem o frequente isolamento social.

(Martins, s/d)

Apesar destes diferentes apoios aos idosos, a família deverá ser sempre o núcleo no qual o idoso se deve sentir o mais seguro e o mais apoiado possível.

## 2.4. O IDOSO E A SUA FAMÍLIA

A família é sem dúvida uma célula fundamental e lugar privilegiado de trocas intergeracionais. É aí que as gerações de encontram, se inter-ajudam e se completam de forma intensa. Porém, na nossa sociedade onde a esperança de vida está a ser ampliada, as relações familiares apresentam novos desafios. (Martins, s/d).

Desde sempre as famílias são reconhecidas como o principal contexto para a promoção e manutenção da independência e da saúde dos seus membros, sendo a principal entidade prestadora de cuidados em situações de dependência dos seus familiares e a instituição fundamental onde se desenrola a vida das pessoas, se expressam e satisfazem a maioria dos seus direitos, obrigações e necessidades, desde o nascimento até à morte. No entanto, a família de hoje não é a mesma de ontem, pois se pensarmos as famílias de antigamente desempenhavam papéis mais rígidos, mais demarcados, mais estáveis e definidos, com um maior grau de hierarquização, enquanto que a família de hoje é mais dinâmica e flexível, com uma hierarquia menor e papéis que mudam com mais facilidade (Zimerman, 2000), aspectos que influenciam na prestação de cuidados dos seus idosos.

Ao peso da responsabilidade dos cuidados familiares e de saúde, crescem as exigências de outro tipo de papéis profissionais e sociais, facto que faz com que a disponibilidade que existia em tempos para cuidar dos mais idosos, esteja actualmente a desvanecer. No meio rural muitos são os idosos que se encontram sozinhos, porque os seus familiares se deslocaram para as grandes cidades por questões profissionais. Mesmo em meio urbano, encontramos um número crescente de idosos a viver sozinhos, pois os seus familiares não têm disponibilidade para cuidar deles, para não falarmos também da falta de condições financeiras de muitas famílias. Este aspecto também é visível no Centro de Dia em análise, como se pode constatar na análise dos questionários em Anexo XIII, onde 5 dos 16 utentes vivem sozinhos.

Este aspecto leva a que seja necessário criar condições para dar apoio a idosos que já não estão em condições para estarem sozinhos nas suas casas, e que por diferentes razões não têm o apoio das suas famílias. No entanto, é importante referir que é desejável que desde que estejam asseguradas as condições básicas a nível de higiene, saúde, alimentação, etc., o idoso deverá permanecer no seu domicílio, na perspectiva do modelo denominado de *intimidade à distância*, permitindo conjugar autonomia e cooperação entre os membros da família. (Paul e Fonseca, 2005).

Quando existem condições que não permitem que o idoso esteja em sua casa sozinho, ou quando os próprios idosos já não se sentem bem sozinhos, o Centro de Dia poderá ser uma das instituições à qual recorrer na medida em que o idoso está acompanhado durante o dia, mas também não deixou a sua casa. O Centro de Dia Leões de Portugal é exemplo disso e, como refere a Coordenadora, *“não é um Centro típico”*, pois possibilita aos seus utentes frequentar o Centro apenas quando é sua vontade fazê-lo. Ao contrário da maioria dos Centro de Dia em Portugal, o Centro de Dia em análise não tem uma mensalidade fixa que obrigue os utentes a frequentá-lo todos os dias, pois os utentes pagam apenas os dias que vão ao centro. A filosofia do Centro de Dia Leões de Portugal permite que os utentes se sintam mais autónomos e independentes pois são eles que gerem os seus horários, os seus dias e só participam nas actividades desenvolvidas se estiverem realmente interessados em realizá-las pelo que não sentem a ida ao centro de dia como uma obrigação.

Apesar dos diferentes apoios criados para assegurar que os idosos tenham o mínimo de condições para viver, a verdade é que é necessário criar actividades a nível da animação social, para quebrar a redução da capacidade de concentração e reacção, diminuição da auto-estima, apatia, desmotivação, solidão e isolamento social, consequências da diminuição das actividades físicas e psicologias dos idosos.

## **2.5 ANIMAÇÃO PARA PESSOAS IDOSAS**

Como já foi referido anteriormente, um dos aspectos sociais mais importante nos últimos tempos é o envelhecimento da população. Este aumento da população idosa leva à criação de apoios sociais específicos, pois nos tempos que correm a família que em tempos era quem cuidava dos seus *“velhos”*, actualmente não tem disponibilidade para deles cuidar.

Apesar dos apoios sociais no nosso país ainda serem escassos, já existem diferentes instituições que acolhem idosos. O problema que se coloca é que a sua maioria limita-se a dar os cuidados mínimos, como alimentação e higiene, colocando de parte actividades de carácter social que ajudam a que o idoso não se torne um indivíduo completamente inactivo. Na maioria das instituições que acolhem idosos, a vida dos gerentes é bastante pobre no que respeita a acontecimentos de vida, pelo que uma das funções dos funcionários que trabalham nessas instituições deveria passar pela elaboração e realização de projectos de intervenção com o objectivo de melhorar a

qualidade de vida dos idosos institucionalizados. Estas são algumas das principais razões que me levaram a considerar que a concepção de um projecto de *Práticas de Animação de Idosos*, será bastante pertinente nos tempos que correm, pois estudos recentes na área da psicologia do envelhecimento e do idoso mostram que o desenvolvimento de actividades com os idosos permite a melhoria na sua qualidade de vida sendo também, na minha perspectiva, uma forma de valorizar a formação ao longo da vida.

A animação sociocultural, cujo conceito nasceu na Europa nos anos 60, pode ser encarada como uma intervenção dialéctica dos indivíduos e dos grupos com o meio e sobre si mesmos, contribuindo para uma melhoria da qualidade de vida (Jacob, 2007). Ao analisar o processo de Animação, deparamo-nos com um vasto leque de formas distintas de caracterizar este conceito. A animação pode ser entendida como *acção*, *intervenção*, *actuação*, sendo portanto o que o agente faz. Por outro lado, temos animação como *actividade* ou *prática social*, nesta perspectiva não será tanto o que o agente faz exclusivamente, mas o que promove: uma actividade ou uma prática social desenvolvida, conjuntamente, pelo agente e pelos destinatários. A animação pode ainda ser compreendida como um *método*, *maneira de proceder*, uma *técnica*, um *meio* ou *instrumento*, ou também como *metodologia* ou *tecnologia*; animação como *processo*, neste caso não seria exactamente o que o agente faz, em determinadas actividades, mas uma espécie de sucessão evolutiva ou progressiva de acontecimentos; a animação como *programa*, *projecto*, salientando-se aqui o trabalho de concepção das actividades, dos processos, das acções; animação como *função social*, neste caso, seria uma tarefa que deveria estar presente em qualquer comunidade ou sociedade e animação como *factor*, sendo que neste caso se salienta o carácter operativo da animação, encarado como qualquer coisa que gera, produz, dá lugar, causa, motiva resultados ou processos (Trilla, 2007). De acordo com o que foi referido anteriormente, verifica-se que a animação de idosos apresenta um conjunto vasto de características, existindo também diferentes tipos de animação, destacando-se neste projecto a animação de idosos.

As alterações biológicas inerentes ao processo de envelhecimento provocam uma progressiva diminuição das capacidades físicas da pessoa idosa. De acordo com Luís Jacob (2007), o idoso vai alterar os seus hábitos e rotinas diárias, substituindo-as por actividades que lhe exigem um menor grau de actividade. A animação é um processo que tem como finalidade facilitar o acesso a uma vida mais activa e mais

criativa, à melhoria nas relações e na comunidade de que se faz parte, desenvolvendo a personalidade do indivíduo e a sua autonomia. No caso específico da população idosa, como refere Tabourne (1992), citado por Luís Jacob (2007, p.31), “ *A educação para o lazer entre os idosos tem por objectivo facilitar o desenvolvimento de um estilo de vida que aumente a sua qualidade de vida*”. Estudos recentes evidenciam que realizar actividades intelectualmente estimulantes reduz, em 47 %, a possibilidade dos idosos desenvolverem a doença de Alzheimer (Cardoso, 2008).

A Animação para pessoas idosas tem como objectivo ajudar o idoso a encarar o seu envelhecimento como um processo natural, de forma positiva e adequada, e a reconhecer a necessidade da manutenção das actividades físicas e mentais. De acordo com Luís Jacob (2007), podemos dividir a animação de idosos em sete partes:

- **Animação Física ou Motora** – consiste em exercícios de motricidade, coordenação e mobilidade de forma a manter ou melhorar os índices de dependência do idoso;
- **Animação Cognitiva ou Mental** – são actividades de natureza intelectual e sensorial que tem como principal objectivo manter o cérebro e o sistema nervoso de sénior activo;
- **Animação através da Expressão Plástica** – consistem em actividades manuais e de expressão artística (Exemplo: teatro);
- **Animação através da expressão e da comunicação** – são actividades que pressupõem o aumento das capacidades de comunicação;
- **Animação promotora do desenvolvimento pessoal e social** - são actividades que pressupõem o aumento das capacidades de relacionamento;
- **Animação Lúdica** – é o divertimento *per si*;

- **Animação Comunitária** – integram todas as acções que criem e dinamizem as relações interpessoais e sociais dos idosos com a comunidade envolvente.

Ao nível da animação para pessoas idosas, podem-se desenvolver diversos tipos de actividades, como exercício físico ligeiro, sessões de leitura de contos e poemas, visionamento de filmes, sessões de discussão de temas propostos, actividades de trabalhos manuais como corte e colagem, bordados, rendas e tapeçarias, ajuda na cozinha, passeios, visitas a museus, idas ao teatro, passeios ao ar livre, entre muitas outras actividades. Apesar de se verificar uma diversidade de respostas dadas pelos idosos, quando questionados sobre qual a actividade que mais gostam de realizar, como trabalhos manuais, jogos (domino), passeios, actividades físicas, etc., o que na realidade se verifica é que na prática quando lhes é apresentada uma nova proposta de actividade a maioria não está motivada para a realizar. Este aspecto deve-se ao facto de se tratar de um grupo bastante heterogéneo, sendo que cada utente tem os seus próprios interesses e deste modo torna-se complicado, mas não impossível, encontrar actividades do interesse de todos.

Tendo em conta os aspectos referidos anteriormente considero que uma boa animação deve promover a inovação e novas descobertas, valorizar a formação ao longo da vida, proporcionar uma vida mais harmoniosa, atractiva e dinâmica com a participação e envolvimento do idoso, incrementar a ocupação adequada do tempo livre para evitar que o tempo de ócio seja alienante, passivo e despersonalizador, rentabilizar os serviços e recursos comunitários para melhorar a qualidade de vida do idoso, e valorizar as capacidades, competências, saberes e cultura do idoso, aumentando a sua auto-estima e autoconfiança (Jacob, 2002). Em suma, podem ser desenvolvidos os mais variados tipos de actividades com a população idosa, porém, importa salientar que é necessário ter em conta os interesses e motivações dos idosos, bem como as suas histórias de vida. Por fim, importa destacar que o principal objectivo da Animação de Idosos consiste na promoção do bem-estar físico, social, psicológico e espiritual (Cardoso, 2008).



Tendo como base estes diferentes aspectos, surge então o projecto de *Práticas de Animação de Idosos*, que será apresentado em seguida.

### **3 – CARACTERIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO “LEÕES DE PORTUGAL”**

#### **3.1. CONTEXTUALIZAÇÃO HISTÓRIA DA INSTITUIÇÃO “LEÕES DE PORTUGAL”**

A Associação de Solidariedade Sportinguista Leões de Portugal, IPSS, foi fundada em 1984 por um grupo de sócios do Sporting e, em 1997 foi reconhecida como Instituição Particular de Solidariedade Social e Pessoa Colectiva de Utilidade Pública. O principal objectivo desta Associação é a promoção de várias acções sociais em benefício dos sócios Sportinguistas e suas famílias.

Sem sede até 1997, o Grupo de Solidariedade Sportinguista tem vindo ao longo dos anos a desenvolver diversas actividades e a dar várias respostas sociais, como se pode constatar pelos estatutos (Anexo I). As actividades desenvolvidas pela Instituição são a nível da atribuição de Bolsas de Estudo aos sócios mais jovens do Sporting; realização de pelo menos um passeio anual, um almoço de Natal, e realização de espectáculos de beneficência para recolha de fundos para a própria instituição.

O esforço dos “Leões de Portugal” tem sido reconhecido pelas várias direcções do Sporting Clube de Portugal (SCP), reconhecimento que em 1997 foi concretizado com a disponibilização de uma sala para servir de sede. Em 2004, com o apoio do SCP, os “Leões de Portugal” criam o Centro de Dia.

#### **3.2. CENTRO DE DIA “LEÕES DE PORTUGAL”**

Uma das principais valências dos Leões de Portugal é o Centro de Dia, destinado aos sócios reformados, que podem usufruir das mais variadas actividades a preços adequados aos seus rendimentos. As instalações encontram-se sediadas no Estádio José de Alvalade, actual estádio Alvalade XXI. Este espaço de convívio apresenta um conjunto de serviços e actividades diversificadas promovidas pela instituição que com a integração de uma Animadora Sociocultural, as diversas actividades desenvolvidas tornaram-se regulares e frequentes, e incluem:

- Ginástica Terapêutica;
- Ateliers de trabalhos manuais;
- Passeios mensais por Lisboa e arredores;
- Variadas festas em colaboração com a Junta de Freguesia do Lumiar;

- Possibilidade de participar nos passeios mensais promovidos pela Junta de Freguesia do Lumiar;
- Apoio Psicossocial.

O Centro de Dia é uma estrutura sem fins lucrativos, que se financia através mensalidade dos utentes, participações da Segurança Social, quotas pagas pelos Associados e por donativos de beneméritos.

A finalidade do Centro de Dia vai no sentido de tentar combater a solidão e o isolamento dos sócios mais idosos e de contribuir para a melhoria da sua qualidade de vida e para a promoção da sua autonomia. Com efeito, pretendeu-se que este espaço transmita aos sócios um sentimento de pertença e possibilite um permanente ponto comum de identificação interpessoal – o seu “sportinguismo”.

### **3.3. ORGANIZAÇÃO DO CENTRO DE DIA**

O Centro de Dia funciona de Segunda-Feira a Sexta-Feira, entre as 10h00 e as 17h30, e tem ao dispor dos seus associados e utentes os seguintes serviços: bar, refeições, diversas actividades lúdicas, apoio psicológico e acompanhamento social. O Centro dispõe dos seguintes recursos humanos: Directora Técnica, que acumula também o cargo com a função de Assistente Social, uma Técnica Administrativa, uma Animadora Sociocultural e uma Auxiliar de Acção Social. O Centro de Dia conta ainda, habitualmente, com a colaboração de três voluntários.

Quanto aos recursos físicos, o Centro de Dia dispõe de quatro áreas ou espaços, que são:

- **Área Técnica e Administrativa**, com recepção, Gabinete de Atendimento Social, e sala de reuniões;
- **Área de refeições**, com bar, refeitório, copa seca, copa limpa e despensa;
- **Área lúdica**, onde se desenvolvem as diversas actividades, com sala de convívio, sala de jogos, biblioteca e despensa;
- **Área de higiene**, com instalações sanitárias diferenciadas para utentes e funcionários e instalações sanitárias especiais para utentes incapacitados.

As áreas anteriormente apresentadas estão dotadas de uma série de recursos materiais como televisão, computadores, diversos jogos e outros equipamentos que auxiliam os profissionais no desempenho das suas funções e permitem aos utentes usufruir das mais variadas actividades.

Como já referi anteriormente, a Directora Técnica/ Assistente Social, acumula algumas funções administrativas, tendo à sua responsabilidade todas as respostas sociais e actividades regulares referidas no organograma da Instituição (Anexo II).

### **3.4. ACTIVIDADES, INICIATIVAS E PARCERIAS**

As actividades são programadas tendo em conta o grupo de utentes, não descurando algumas necessidades específicas de alguns utentes em particular, como o caso dos semi-autónomos.

O Plano de Actividades (Anexo IV), é programado mensalmente, muito embora existam actividades que são transversais ao longo do ano. As actividades são direccionadas para várias vertentes de animação socio-cultural, como se pode verificar pelo quadro seguinte:

| <b>ACTIVIDADES</b>                                 | <b>OBJECTIVOS</b>  |
|--|--|
| EXPRESSÃO PLÁSTICA                                 | Desenvolver a criatividade, precisão manual e coordenação psicomotora;<br>Possibilitar que o utente se possa exprimir através das artes plásticas e trabalhos manuais. |
| PROJECTO “TOCA A MEXER”                            | Desenvolver actividades de coordenação motora e mental.  |
| CULTURAIS  | Proporcionar visitas a museus exposições, jardins públicos.  |
| INTERINSTITUCIONAIS                                | Desenvolver as relações interpessoais e de convívio;<br><br>Proporcionar experiencias novas.   |
| PARTICIPAÇÃO DAS ACTIVIDADES DA JUNTA DE FREGUESIA |  |
| PASSEIOS E ALMOÇOS CONVÍVIOS                       |  |
| NO ÂMBITO DO PROJECTO “TEAM”,                      | Envolvimento interpessoal, aprendizagem  |

|  |   |
|--|---|
| PARTICIPAÇÃO NOS ATELIERES EM CONJUNTO<br>COM OUTRAS INSTITUIÇÕES. | de novos saberes.                               |
| PALESTRAS, CONFERÊNCIAS E SESSÕES DE<br>ESCLARECIMENTO             | Promover a participação activa na<br>sociedade. |

É de salientar que o Centro de Dia desenvolve relações institucionais com a Junta de Freguesia do Lumiar que se traduzem no envolvimento e participação nas iniciativas que esta promove. A relação com a Junta de Freguesia envolve também a obtenção de subsídios financeiros pontuais para a concretização de algumas actividades ou satisfazer necessidades materiais.

O Centro de Dia tem também relações interinstitucionais com a União Distrital das Instituições Particulares de Solidariedade Social (UDIPSS – Lisboa), que se manifestam no acesso a meios de satisfação de necessidades eventuais de uma ou mais áreas específicas de apoio, como por exemplo: apoio jurídico, gestão de recursos humanos e acções de formação para dirigentes e trabalhadores do Centro.

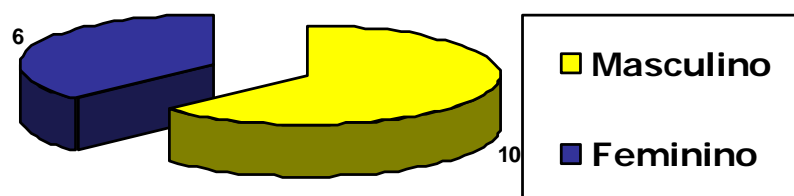
O relacionamento com o Sporting Clube de Portugal (SCP), clube desportivo de base associativa, sob cuja égide o Centro foi criado e existe, é assegurado através da Directora Técnica de Centro e da Direcção da Instituição.

#### **4 – IDENTIFICAÇÃO E CARACTERIZAÇÃO DO GRUPO-ALVO**

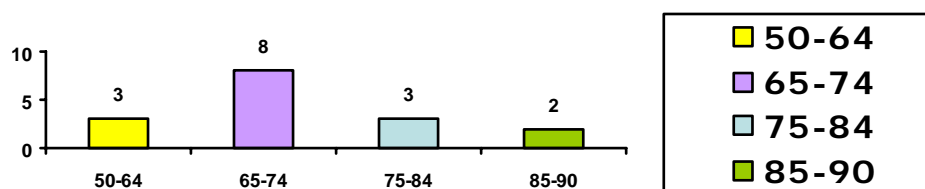
Como já foi referido anteriormente, o Centro de Dia tem as suas instalações no Estádio Alvalade XXI, na freguesia do Lumiar.

O Centro de Dia não tem uma área de abrangência geográfica específica, sendo a sua única limitação a mobilidade dos utentes, uma vez que estes têm que se deslocar pelos seus próprios meios até ao Centro. Uma grande parte dos utentes reside em Lisboa, havendo no entanto alguns que residem nos conselhos limítrofes.

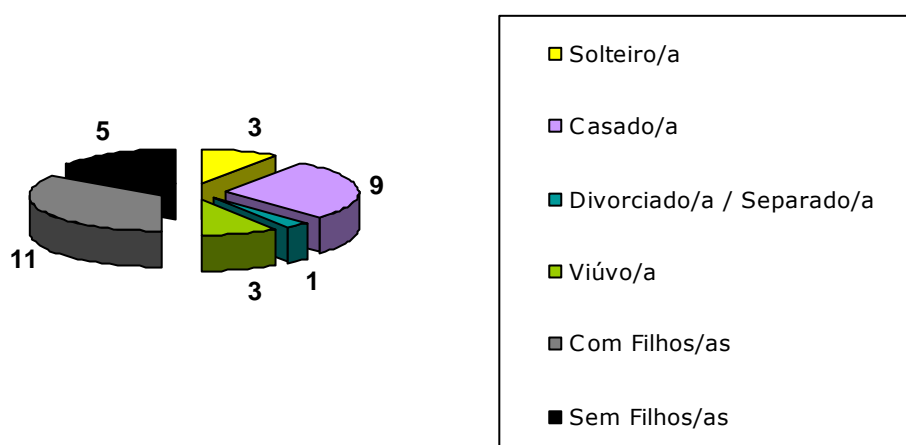
De acordo com a análise dos dados recolhidos junto dos utentes a partir dos questionários realizados (Anexo XIII), bem como pela análise da informação fornecida pela animadora e pela directora do centro de dia, verifica-se que actualmente o Centro de Dia conta com 16 utentes, 10 do sexo masculino e 6 do sexo feminino.



As idades dos utentes variam dos 50 aos 88 anos de idade, sendo o grupo etário dos 65 aos 74 anos é aquele que integra um maior número de utentes.



Quanto ao estado civil, dos 16 utentes 9 são casados/as; 3 são solteiros/as, 3 são viúvos/as e 1 utente é divorciado/a. Verifica-se ainda que a maioria dos utentes, respectivamente 11, têm filhos.

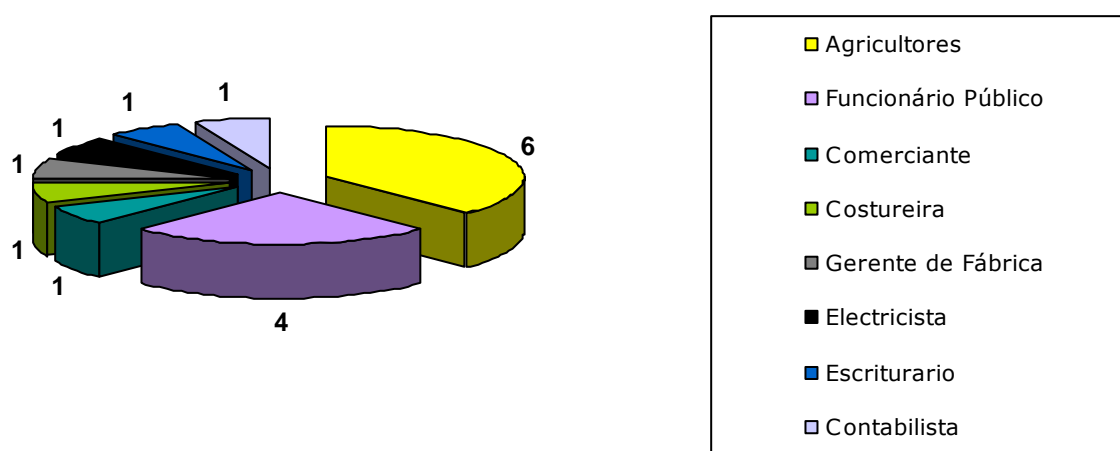


Dos utentes casados, 7 residem com o cônjuge, 1 encontra-se a viver sozinho porque a sua esposa se encontra internada num lar por motivos de saúde, 1 reside com a

filha por estar separado de pessoas e bens há alguns anos, mas não legalmente divorciado. Apenas 1 dos utentes viúvo reside com a filha. Os restantes utentes vivem sozinhos.

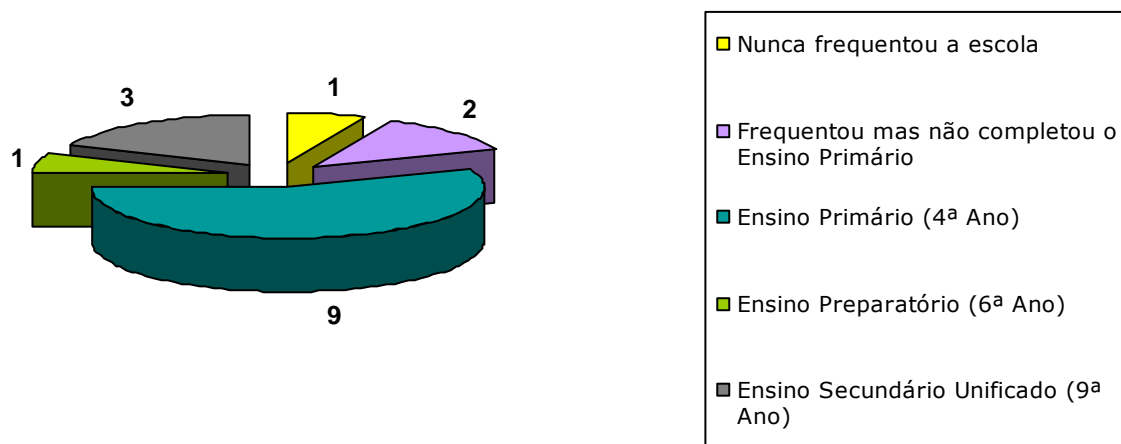
A população do Centro de Dia é bastante heterogénea em relação às profissões anteriormente exercidas, sendo que 6 desempenhavam funções agrícolas e 4 foram funcionários públicos.

### PROFISSÃO QUE DESEMPENHAVA



A Nível escolar, como se pode constatar pela análise dos gráficos abaixo, verifica-se que 9 utentes têm o Ensino Primário (4º Ano). Apenas um dos utentes nunca frequentou a escola.

### NÍVEL ESCOLAR



Pela análise das entrevistas à animadora e à Directora do Centro de Dia, como pela análise dos questionários, bem como pelas conversas informais que tive com os utentes posso inferir que o facto de a maioria dos utentes ter começado a trabalhar ainda muito novo e de alguns se terem deslocado das suas terras no interior para Lisboa em busca de uma oportunidade melhor, fá-los identificarem-se uns com os outros, sendo essa temática muitas vezes tema de conversa, trocas de experiências, vivências e recordações. É evidente que o facto de serem todos adeptos do Sporting Clube de Portugal (SCP) é outro dos pontos em comum entre os utentes.

No que diz respeito à situação na saúde, os utentes apesar de na sua maioria serem ainda bastantes activos, apresentam um ou mais problemas de saúde, sendo os mais problemáticos a Demência de Alzheimer – diagnosticada em 2 utentes – e sequelas de Acidente Vascular Cerebral (AVC), que afectam 2 utentes.

As necessidades sociais identificadas na população-alvo, a partir de informações fornecidas pela Coordenadora do Centro de Dia, que acumula o cargo de Assistente social, prendem-se essencialmente com a solidão, que é simultaneamente origem e consequência da dificuldade de relacionamento face às incapacidades acarretadas pela doença e pela inevitável degradação do avançar da idade, criando o sentimento de isolamento que sentem perante a sociedade. As respostas encontradas pela Direcção do Centro de Dia para combater tais necessidades e servir uma estratégia de quebra da solidão e socialização passaram, para além de todos os serviços básicos oferecidos pelo Centro de Dia e de todas as respostas de serviço social prestadas pela Directora Técnica/ Assistente Social, pela contratação de uma animadora sociocultural.

## **5 – IDENTIFICAÇÃO DAS CONDIÇÕES PARA O ÊXITO DO PROJECTO**

Ao elaborar o presente projecto tive em conta quais as condições para o seu êxito. Iniciei este processo reunindo com a Coordenadora do Centro de Dia e com a Animadora e apresentando o respectivo projecto. Constatei que os temas apresentados na reunião corresponderam com algumas ideias que ambas as técnicas têm tido ao longo dos anos, e que realmente este projecto, de acordo com as técnicas, apresentava todas as condições para ser uma mais valia para o centro de dia. É importante salientar ainda que a animadora mostrou interesse em integrar no plano de actividades mensal algumas das actividades deste projecto, para iniciar no próximo mês de Outubro de 2009.

O facto de se tratar de um projecto construído com base nos problemas identificados e nos interesses dos utentes, que são o cerne deste projecto, também constitui uma condição para o seu êxito.

## **6 – DEFINIÇÃO DO ÂMBITO TEMPORAL**

No que diz respeito ao âmbito temporal deste projecto, pretendo que este tenha a duração de um ano, tendo início em Janeiro e termo em Dezembro do ano de 2010. No Capítulo III do relatório será apresentado o plano de actividades com os diferentes temas bem como as várias actividades inerentes a cada tema, assim como a calendarização das actividades.

## **7 – RESULTADOS ESPERADOS**

Neste projecto os resultados que se espera obter, de uma forma global, são aumentar o número de idosos no centro de dia, aumentar a motivação dos idosos para participar nas actividades desenvolvidas no centro, e aumentar as verbas financeiras do centro de forma a melhorar e diversificar as actividades de animação.



## **CAPÍTULO II – PROJECTO**

### **1 – APRESENTAÇÃO DO DIAGNÓSTICO**

A metodologia de intervenção de projecto pressupõe o conhecimento da realidade, para que não se elabore um projecto inadequado e irreal. Porém, o conhecimento das dinâmicas sobre as quais se pretende intervir é um problema complexo que exige saber teórico e metodológico com alguma profundidade. O diagnóstico é assim um processo essencial, na medida em que possibilita a identificação dos diferentes níveis de problemas sobre os quais se torna necessário aprofundar e inovar (Guerra, 2002).

O processo de diagnóstico utiliza diferentes técnicas de recolha e análise dos dados. Para o diagnóstico da presente realidade foram utilizadas como técnicas de recolha de dados a entrevista semi-estruturada, para obter informações junto da Coordenadora do Centro de Dia dos Leões de Portugal (ANEXO VI), e junto da Animadora do Centro de Dia (ANEXO X), o questionário que foi aplicado aos 15 utentes do centro (ANEXO XIII), e a pesquisa documental com o objectivo de fundamentar e enquadrar teoricamente todo o projecto de intervenção.

Segundo Bogdan e Biklen (1994), a entrevista pode ser usada de duas formas. Pode ser uma estratégia para a recolha de dados ou pode ser usada em conjunto com outros instrumentos de recolha de dados como a observação, a análise documental bem como o questionário, entre outras técnicas. A entrevista realizada à Coordenadora do Centro de Dia teve como finalidade recolher dados sobre as práticas desenvolvidas na Instituição Leões de Portugal e no Centro de Dia, caracterizar a população de idosos que frequenta o Centro de Dia, bem como identificar as actividades que os idosos mais gostam de realizar. A entrevista à Animadora do Centro de Dia; à semelhança da entrevista da Coordenadora, tinha também a finalidade de identificar as actividades desenvolvidas no centro de dia e quais as que os idosos mais gostam de desenvolver, bem como caracterizar a prática de um animador/a de idosos.

Relativamente à técnica do questionário, trata-se de um instrumento que permite levantar informações às quais se deve responder sem a interferência do investigador/avaliador. Os 16 questionários realizados aos idosos tinham como finalidade compreender se estes consideram as actividades desenvolvidas na instituição pertinentes para a melhoria da sua qualidade de vida, e quais são os tipos de actividades que mais gostam de realizar, aspectos que foram cruciais para a concepção das

diferentes actividades do projecto, para que este vá de encontro aos interesses da população alvo do projecto.

Depois de recolhidos os dados, eles foram analisados e interpretados com base na técnica de análise de conteúdo e análise documental. Por norma, nas investigações na área das Ciências Sociais, para a análise criteriosa dos seus resultados recorre-se à análise de conteúdo. Segundo Estrela (1990) citando Berelson (s/d) esta técnica permite a “*descrição objectiva, sistemática e quantitativa do conteúdo manifesto da comunicação*”. Bardin (2007), considera que a análise de conteúdo se apresenta como uma técnica temática, quantitativa e transversal, uma vez que permite “recortar” uma ideia, em qualquer momento da entrevista, em função do tema em que se insere. A técnica de análise de conteúdo é na verdade uma técnica bastante útil porque permite a análise de entrevistas, questionários e das observações.

Na presente investigação os dados que resultaram da análise de conteúdo realizada, a partir do conteúdo da entrevista e dos questionários, foram tratados segundo um sistema de categorias que foi definido previamente. A Análise Documental possibilita a indexação da informação recolhida por diferentes temas ou tópicos, os quais são seleccionados pelo investigador.

Seguidamente serão apresentados, de forma descritiva, a análise dos dados recolhidos através das técnicas de entrevista e de questionário.

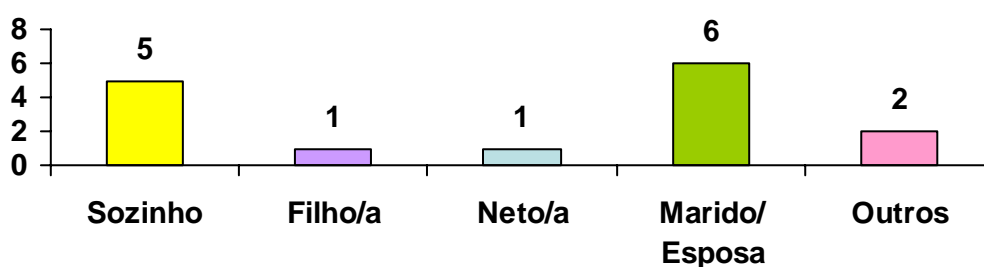
## **1.1 – OS/AS UTENTES DO CENTRO DE DIA DOS LEÕES DE PORTUGAL**

Com a análise aos Questionários aos Utentes do Centro de Dia dos Leões de Portugal, pretendo fundamentalmente identificar de que forma tomaram os utentes conhecimento do Centro de dia, o que os/as levou a frequentá-lo, se têm por hábito participar nas actividades que aí são desenvolvidas, e se sim quais são as actividades em que participam, e se não porque não participam nas actividades, o que os/as leva a participar nas actividades, quais são as actividades que mais gostam de realizar, e qual aquela que gostariam de realizar no centro, e que no momento ainda não se realiza. Apesar de o centro de dia contar com 16 idosos, foram feitos questionários a 15 pois um/a dos/as utentes que sofre de doença de Alzheimer encontra-se numa fase bastante avançada da doença que não permitiu a realização do questionário.

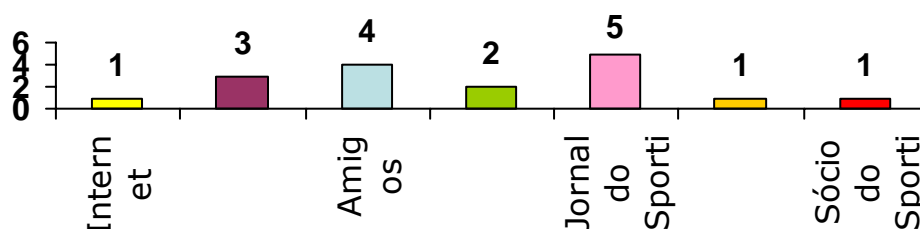
A população idosa é de uma categoria social bastante vulnerável à precariedade económica por usufruírem de reformas e pensões muito baixas, viverem na maioria dos casos em habitações degradadas e por terem grandes despesas com a saúde. Outros factores que contribuem para a fragilidade social das pessoas idosas são a dificuldade de comunicação com as gerações mais jovens, o isolamento em relação à família, a perda de autonomia física e funcional e as dificuldades na adaptação às novas tecnologias.

Sendo a Segurança Social (Ministério do Trabalho e da Solidariedade), a instituição oficial da protecção social da sociedade Portuguesa, compete aos Centros Regionais de Segurança Social “assegurar a nível regional, a concessão de prestações da Segurança Social e a presença de modalidades de acção social previstas na lei e nos regulamentos” (Lei Orgânica da Segurança Social – Silva, 2001). Os Centros de Dia são um dos diversos serviços prestados às pessoas idosos.

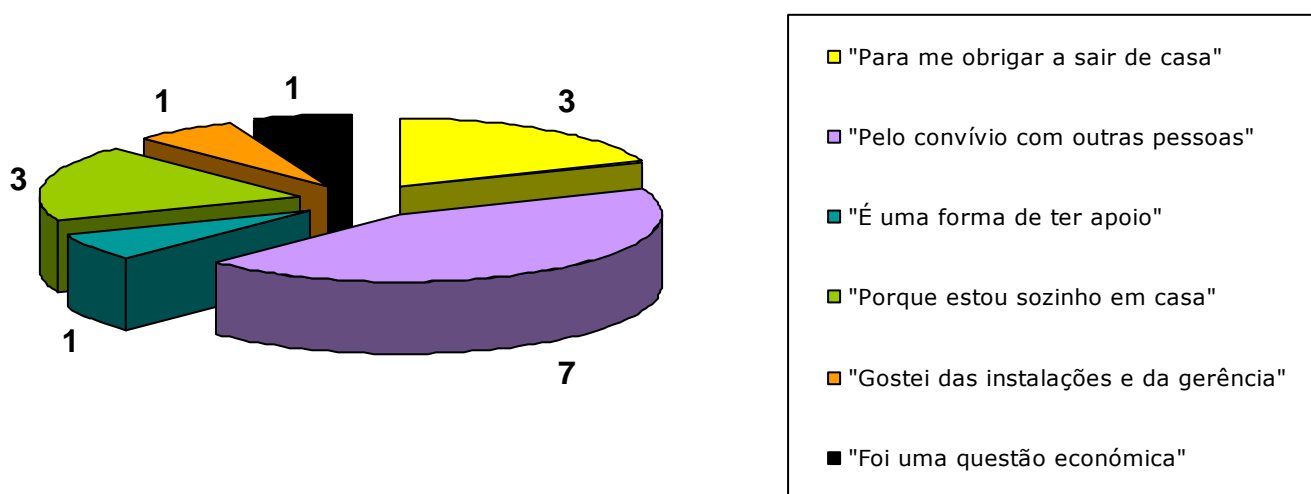
O que evidenciam os estudos sobre a população idosa é que a grande maioria vive sozinha em suas casas. No caso específico do centro de dia em análise, 6 dos 15 idosos vivem com o “marido/ esposa”, e 5 vivem “sozinhos”, como se pode confirmar pelo gráfico.



Quando questionados sobre como tomaram conhecimento do Centro de Dia dos Leões de Portugal 5 dos 15 idosos referem que foi através do “Jornal do Sporting” e 4 tomaram conhecimento do centro a partir de “Amigos”.

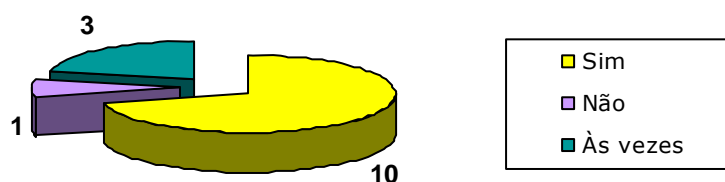


O facto de os idosos viverem sozinhos em suas casas é uma das principais razões que os leva a vir para o Centro de Dia. Como se pode verificar pela análise do gráfico abaixo, 7 dos 15 idosos referem que o que os levou a vir para o centro foi “*pelo convívio com outras pessoas*”. Outras das principais razões que levaram os idosos a frequentar o centro são o facto de estarem sozinhos em casa “*Porque estou sozinho em casa*” e “*para me obrigar a sair de casa*”, motivo que está relacionado com o facto de viverem sozinhos.

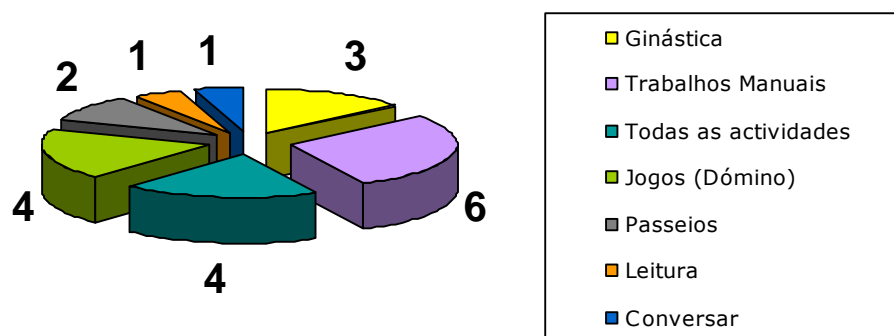


A participação em actividades de animação representam um conjunto de passos fundamentais para a melhoria da qualidade de vida dos idosos, na medida em que facilitam o acesso a uma vida mais activa e mais criativa, à melhoria nas relações e na comunicação com os outros, para uma melhor participação na vida da comunidade de que se fazem parte, desenvolvendo a autonomia pessoal.

Quanto questionei os idosos sobre se costumam participar nas actividades desenvolvidas no Centro, a maioria refere que participa nas actividades, como se pode verificar pelo gráfico abaixo.

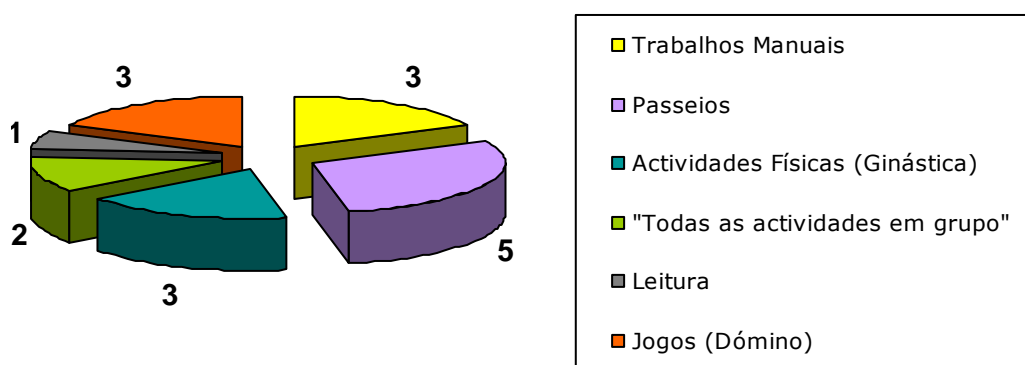


Como o Centro de Dia desenvolve um conjunto variado de actividades, questionei os idosos sobre quais aquelas em que costumam participar. O que obtive foi um conjunto distinto de respostas, sendo que as que mais se evidenciam foi “*Trabalhos Manuais*”, “*Jogos (Domino)*”, “*Ginástica*” e “*Passeios*”.



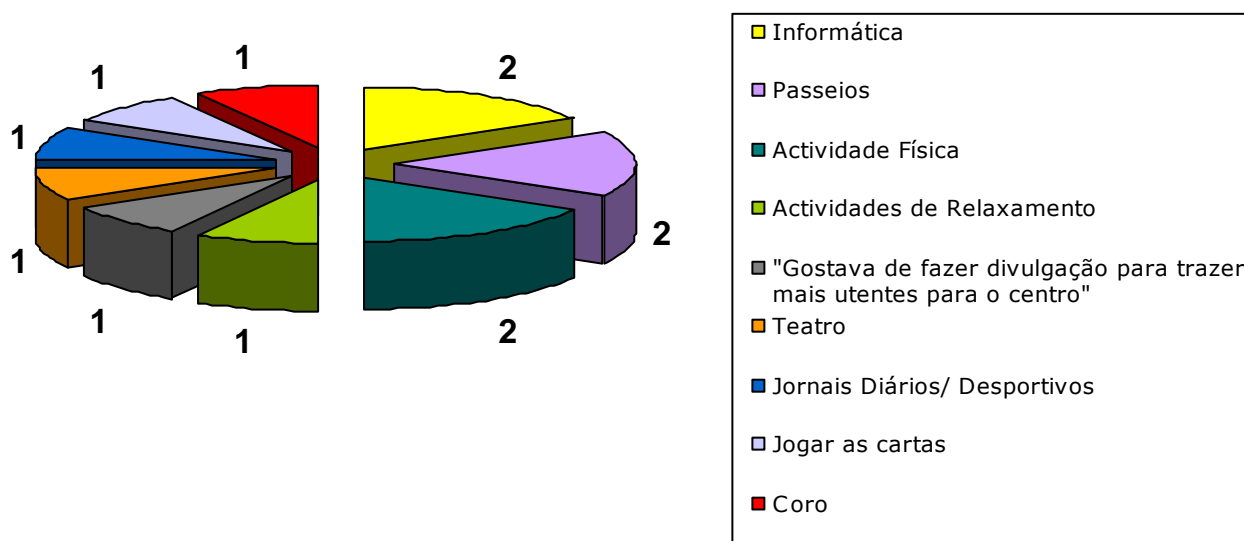
É fundamental que as pessoas idosas participem em actividades de animação, contudo, não é o simples facto de participarem em actividades de lazer que garante a promoção do bem-estar dos idosos. É necessário considerar a qualidade e o significado que as actividades têm para os mesmos (Simões, Lima, Vieira, Ferreira, Oliveira, Alcoforado, Neto, Ruiz, Cardoso, Felizardo, Sousa; 2006).

Deste modo, questionei os idosos sobre que tipos de actividades mais gostam de realizar no Centro de Dia. Também nesta questão obtive um conjunto variado de respostas, destacando-se os “*Passeios*”, o “*Jogo do Dominó*” as “*Actividades Físicas (Ginástica)*” e os “*Trabalhos Manuais*”.



Por fim, pedi que me apresentassem as actividades que gostariam de realizar no Centro de Dia, e que ainda não se realizam. Mais uma vez obtive um conjunto variado

de respostas, destacando-se as actividades de “*Informática*” os “*Passeios*” e “*Actividades Físicas*”.



Da análise realizada aos questionários, posso inferir que os utentes do Centro de Dia apresentam opiniões distintas, dado que evidencia a heterogeneidade do público do Centro, bem como a extrema heterogeneidade da população idosa. Na concepção do projecto de intervenção foi tido em conta esta variedade de respostas dadas, pois é objectivo do projecto que as actividades a desenvolver vão de encontro ao interesse dos idosos.

## 1.2 – O CENTRO DE DIA DOS LEÕES DE PORTUGAL

Como o Centro de Dia se integra na Instituição Leões de Portugal, iniciei a entrevista à Directora do Centro pela Caracterização Geral dos Leões de Portugal, para deste modo proceder ao devido enquadramento do Centro de Dia.

Os Leões de Portugal – Grupo de Solidariedade Sportinguista nasceu em 1984 por iniciativa de Moisés Ayash, João Padrão, Viana Rodrigues, Olinda Araújo, Helena Dias Ferreira, Gilda Dias e Isabel Marques, com o objectivo de apoiar os sportinguistas mais necessitados e os mais jovens. Em 1997, uma vez comprovada e reconhecida a sua utilidade pública, os Leões de Portugal foram reconhecidos oficialmente como Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), passando a adoptar a designação actual: Leões de Portugal - Associação de Solidariedade Sportinguista, IPSS. É a única

instituição de solidariedade dirigida a sócios de um clube desportivo na Europa e talvez mesmo no mundo, contando actualmente com cerca de 700 associados (s/a, 2008).

De acordo com a Coordenadora do Centro de Dia, as actividades desenvolvidas pelos Leões de Portugal são anuais, e são as seguintes: as Assembleias-gerais, a atribuição das bolsas de estudo, apoiar os sócios com dificuldades, os passeios que poderão ser entre um a dois por ano e o almoço de Natal. As valências da Instituição Leões de Portugal são o Centro de Dia e futuramente o Serviço de Apoio Domiciliário.

No que diz respeito ao Centro de Dia em concreto, segundo a directora trata-se de um centro atípico na medida em que não existe uma mensalidade fixa “ (...) *nós descontamos os dias em que as pessoas não vem, que é uma coisa que não é habitual nos centros de dia (...)*”; “*Aqui não, as pessoas só pagam de acordo com o dia que vem (...)*”. As vantagens de ser utente no Centro de Dia dos Leões de Portugal, para além de não haver uma mensalidade fixa, o que nos tempos que correm é de facto uma mais valia para muitos idosos, podem almoçar no centro de dia quando quiserem e também podem participar nas diferentes actividades desenvolvidas no centro.

Relativamente às infra-estruturas, a coordenadora refere que de acordo com as suas instalações que possuem, e segundo a Segurança Social, têm capacidade para 60 utentes. Porém, o que foi acordado formalmente com a Segurança Social é que o Centro teria uma lotação para 45 utentes “ *A verdade é que nós assinados um acordo com a SS em que temos uma capacidade de 45, e não temos 45 (...)*”, sendo que o número real de utentes no Centro de Dia é de 16 utentes. No que diz respeito ao horário de funcionamento do centro, o mesmo foi definido de acordo com a frequência dos utentes ao centro, nomeadamente das 10:00h às 17:30h.

Segundo alguns estudos realizados por Gerontólogos, as diferenças individuais aumentam significativamente com a idade, o que quer dizer que as pessoas idosas são ainda mais diferentes entre si, do que são os outros adultos, ou as crianças e jovens (Simões, 2006). Rousseau citado por Simões, (2006), menciona que “*não se conhecem os idosos; e para lidar com eles é necessário começar por conhecê-los, pois é seguro que nós não os conhecemos*”. Segundo a Coordenadora, a população do Centro de Dia é muito heterogénea, constituída por utentes autónomos, semi-autónomos e dependentes, e ainda com baixos níveis de escolaridade. Grande parte dos utentes mora fora da freguesia do Lumiar, e nem todos são sócios do Sporting, mas são todos sócios dos

Leões de Portugal. Apesar de nem todos os utentes serem sócios do Sporting, a verdade é que o Sporting é a característica que têm em comum.

Como a população idosa é caracterizada por ser uma população com características muito específicas, como a idade avançada, as dificuldades físicas, as doenças, etc., é fundamental haver cooperação e um bom trabalho de equipa entre os técnicos que trabalham no centro de dia. A Coordenadora refere que as funcionárias são bastante versáteis “ (...) *porque nós somos versáteis (...)*”, pois as tarefas desenvolvidas num centro de dia assim o exigem “ (...) *aliás o centro de dia exige versatilidade (...)*”; “ (...) *a animadora também é muito versátil (...)*”.

O Centro de Dia dos Leões de Portugal tem condições bastante vantajosas para os utentes, para além das excelentes infra-estruturas, aspecto referido por utentes de outros centros de dia que visitam o dos Leões de Portugal. Porém, apesar de segundo a Coordenadora ser feita a divulgação do centro de dia através de mailing, de diferentes meios de comunicação social e através do próprio Sporting Clube de Portugal durante os jogos de futebol, o que se verifica é um reduzido número de utentes no centro de dia, como se pode confirmar pela capacidade de lotação do centro (45), e pelo número real de utentes que o integram (16). Este aspecto segundo a coordenadora pode ficar-se a dever ao facto de “ (...) *ainda há muitas pessoas que preferem estar em casa (...)*”, porque consideram o centro de dia uma instituição para pessoas que já perderam a sua autonomia ou parte dela.

Os autores que estudam o processo de envelhecimento têm apresentado diferentes tipos de actividades de intervenção com pessoas mais velhas. De acordo com Jacob (2007), as actividades possíveis de desenvolver junto do público idoso podem ser de natureza física ou motora, cognitiva ou mental, expressão plástica, expressão e comunicação, promotoras de desenvolvimento pessoal e social, lúdica e comunitária. No Centro de Dia dos Leões de Portugal as actividades desenvolvidas regularmente são: os trabalhos manuais todos os dias depois do almoço, a leitura do Jornal do Sporting todas as terças-feiras, as aulas de movimento às terças e quintas-feiras, e os aniversários dos utentes que fazem anos ao longo do mês festejados nas últimas terças-feiras de cada mês. As actividades desenvolvidas são geridas de acordo com a disponibilidade e vontade dos utentes e são actividades adaptadas aos utentes “(...) *todo adaptado aos utentes (...)*”. Os idosos participam nas actividades tendo em conta os objectivos das actividades, na medida em que quando se desenvolve uma actividade que tem como



finalidade a angariação de fundos para o centro de dia, por exemplo, todos os utentes participam. Exemplo disso foram os trabalhos manuais realizados, como pinturas, elaboração de porta-retratos, etc., para angariar fundos para o centro, sendo que todos os utentes, inclusive os utentes do sexo masculino, que são por norma mais reticentes a este tipo de actividades, também colaboram. Ainda relativamente às actividades a Coordenadora do Centro refere que a participação dos utentes nas actividades é fundamental pois contribui para estimular a nível cognitivo e físico. Porém o que se verifica é que os utentes encontram-se pouco motivados para participar nas actividades físicas “(...) *mas desistimos porque eles de facto são muito preguiçosos (...)*”; “(...) *porque eles põem na cabeça que já não conseguem mudar e não fazem nada para mudar (...)*”, apesar de contraditoriamente, referirem que as actividades que mais gostariam de desenvolver serem as actividades físicas. As actividades que os utentes mais gostam de desenvolver, segundo a Coordenadora são os trabalhos manuais e os jogos, concretamente o dominó. As actividades que a Coordenadora espera futuramente desenvolver no Centro são a Informática, actividade que alguns utentes referem como sendo uma das actividades que gostavam de desenvolver no centro.

Apesar de muitas vezes as actividades terem que se desenvolver de acordo com a motivação dos utentes, é fundamental construir um plano de actividades para que os utentes conheçam as actividades que se pretende desenvolver. O plano de actividades do centro de dia é elaborado mensalmente, havendo um folheto que é dado a todos os utentes, para que estes tomem conhecimento das actividades que serão desenvolvidas no Centro durante o mês. Segundo a Coordenadora, como o Centro de Dia é uma das valências da Instituição dos Leões de Portugal, também integra o plano de actividades da Instituição que é construída anualmente.

Relativamente às principais dificuldades identificadas pela Coordenadora, destacam-se as de natureza financeira “(...) *dificuldade financeira (...)*”, a qual está directamente relacionada com outra dificuldade identificada pela Coordenadora, que é o número reduzido de utentes no centro “*A falta de utentes (...)*”, e a falta de motivação dos utentes em participar nas actividades “(...) *esta parte da motivação e da participação deles é a maior dificuldade que nós temos aqui (...)*”. Estas são as principais dificuldades apontadas pela Coordenadora, as quais pretendo minimizar com a elaboração do presente projecto.

Por fim, a Coordenadora falou ainda das parcerias que ocorrem entre o Centro de Dia e outras entidades. Existem parcerias com a Junta de Freguesia do Lumiar, em que os utentes do Centro participam nas várias actividades desenvolvidas pela Junta, como passeios, festas, o piquenique do Dia Internacional do Idoso e participaram também num workshop de dança. Estas parcerias são, segundo a Coordenadora, uma mais valia não só para os utentes, porque interagem com outras pessoas; como para o Centro de Dia pois contribui para minimizar alguns custos inerentes às actividades, que em parceria são suportados por ambos “(...) *esta é a minha perspectiva com as parcerias, uma mais valia, uma rentabilização de recursos, ajuda a dar qualidade às actividades e a possibilitar mais coisas aos utentes (...)*”.

### **1.3 – O/A ANIMADOR/A DE IDOSOS**

Com o reconhecimento da importância de realizar actividades de animação junto da população idosa, vem-se verificando que a maioria das instituições que acolhem idosos integram na sua equipa pelo menos um/a animador/a. Segundo a Associação Nacional de Animadores Socioculturais – ANASC, o animador socio-cultural é todo aquele que, sendo possuidor de uma formação adequada, é capaz de elaborar e/ou executar um plano de intervenção, numa comunidade, instituição ou organismo, utilizando técnicas culturais, sociais, educativas, desportivas, recreativas e lúdicas (ANASC, 2002). Quanto à formação académica da animadora do centro de dia dos Leões de Portugal, esta possui formação técnica de Animação Socio-cultural, e encontra-se no momento a tirar a Licenciatura em Animação Socio-cultural. Para além desta formação académica específica para a área da animação, também possui formação profissional, mais concretamente o curso de inglês, o curso de técnica de documentação e o curso de dactilografia.

O percurso profissional da Animadora do centro de dia é bastante diversificado e não passou especificamente pela área da animação de idosos. A experiência profissional que possui, passou fundamentalmente pela educação de infância “*a minha experiência era com miúdos*”, sendo que também exerceu actividade profissional na área das relações públicas, trabalhou também como lojista e também desempenhou funções num ATL “*sempre com crianças*”. Deste modo o tipo de público com que trabalhou foi essencialmente crianças e apenas recentemente a população idosa.

Não foi para a animadora uma opção trabalhar como animadora num centro de dia, mas sim um “*acaso*”, na medida em que se encontrava desempregada, e recebeu uma carta do centro de emprego para exercer funções como animadora no centro de dia Leões de Portugal. Depois de começar a trabalhar no centro de dia começou a interessar-se bastante pela área da animação de idosos “*e comecei a interessar-me pela parte dos idosos*”, “*e comecei a tirar algumas formações específicas nesta área*”.

Segunda a autora Larrazábal (s/d), in Trilla (2004), existem diferentes tipos de animadores, porém existem características comuns a todos eles. O animador é **educador**, pois é dinamizador e mobilizador, e neste sentido pode considerar-se educador visto que pretende provocar uma mudança de atitudes, da passividade à actividade; é **agente social**, pois a sua actividade trata não com indivíduos isolados mas com grupos com os quais tenta envolver numa acção conjunta; e **relacionador**, na perspectiva de que tem a capacidade de estabelecer uma comunicação positiva entre pessoas, grupos e comunidades e de todos eles com as instituições sociais e com os organismos públicos. O perfil de um/a animador/a tem de passar por promover o desenvolvimento socio-cultural de grupos e comunidades, organizando, coordenando e/ou desenvolvendo actividades facilitadoras da animação (de carácter cultural, educativo, social, lúdico e recreativo) (Cardoso, 2008). Quando questionada sobre as suas funções no centro de dia, a animadora refere que se trata de uma profissão polivalente “*porque no fundo é uma profissão muito polivalente*”, na medida em que “*Um animador (...) acaba por se ver envolvido em muitas outras coisas, do que só especificamente o trabalho como animador*”. Segundo a animadora, os/as animadores/as acabam por ser também educadores sociais “*há quem diga que um educador social não é animador e que um animador é educador social*”, perspectiva que vai de encontro às características de um animador referidas anteriormente. O trabalho de um/a animador/a é um trabalho de várias facetas que o leva a desempenhar funções, tanto de organizador ou de coordenador ou como guia, ou de conselheiro (Jacob, 2007). No exercício da sua actividade a animadora trabalha em equipa “*com a coordenadora do centro, com a auxiliar do centro e com a própria recepcionista*”, o que constitui uma mais valia para o seu trabalho.

São múltiplas as actividades que se podem desenvolver junto da população idosa. Estas actividades podem caracterizar-se como: lúdicas (diferentes jogos de mesa como cartas, o dominó, damas, etc); ocupacionais (realização de trabalhos manuais);

educação (aprendizagem de uma nova língua, de novas tecnologias); reeducação (ao nível psicomotor); e desenvolvimento pessoal (dinâmicas de grupo), (Cardoso, 2008).

O tipo de actividades que são desenvolvidas no Centro de Dia pela Animadora integram-se nestas diferentes características, pois tratam-se de actividades a nível físico, nas quais são desenvolvidas aulas de movimentos básicos, pois os idosos apesar de mostrarem interesse em desenvolver actividades físicas, na prática não realizam com frequência esta actividade. Segundo a animadora os idosos não possuem hábitos de educação física *“não são pessoas com hábitos de educação física”* e de passeios a pé. São desenvolvidas actividades de trabalhos manuais, como pintura, sendo que no que diz respeito a esta actividade a animadora salienta que *“os homens nem sempre aderem”*. Também são desenvolvidos actividades de carácter lúdico como jogos, salientando-se o dominó, jogo que a grande maioria dos idosos gosta de jogar; são realizadas também festas de aniversário, visitas a museus, e passeios a diferentes pontos do país. São ainda criadas parcerias com outras instituições, que segundo a animadora são uma mais valia para os idosos e para o centro *“o convívio com as outras pessoas do centro é sempre muito importante”*; *“Outra das actividades que temos é acompanhar as actividades da Junta de Freguesia direccionadas também para a terceira idade”*. Todas as actividades são preparadas especificamente para a população idosa *“é organizado especificamente para os idosos”*, pois as actividades são definidas em conjunto com os idosos, sendo esta também uma forma de os motivar *“apresento alguma actividade eles em principio se houver alguma coisa que à partida não lhes agrade muito eles começam a ver, depois motivam e participam.”*

Nas práticas de animação de idosos também são identificadas algumas dificuldades que podem estar ligadas à própria instituição, aos funcionários, aos próprios idosos, ou estarem relacionadas com os animadores (Jacob, 2007). As principais dificuldades identificadas no centro de dia em análise segundo a animadora estão ligadas aos idosos, pois apesar de ser do conhecimento dos idosos a importância que têm as actividades lúdicas, pedagógicas, físicas, etc; para melhorar as suas capacidades a nível físico e cognitivo, a verdade é que a maioria é ainda muito reticente no que diz respeito à prática dessas actividades *“às vezes a pouca motivação que eles tem para fazer logo à partida”*; *“pois são todos diferentes (idoso), e nem sempre tem interesses comuns”*. Outra das dificuldades está ligada à própria instituição, que diz respeito à falta de recursos humanos e que está directamente relacionado com a falta de

recursos financeiros. Também o facto de se tratar de um grupo muito heterogéneo, o número reduzido de utentes e ter que despende mais tempo com os utentes dependentes, são identificadas como as dificuldades/problemas com que a animadora se depara no exercício da sua função. A animadora menciona algumas soluções para colmatar estas dificuldades, como a realização de actividades que possam integrar todos os idosos (autónomos, semi-autónomos, dependentes); conversando com os idosos sobre o que mais gostaram ou menos gostaram nas actividades, ou sobre quais as actividades que mais gostam de desenvolver ou gostariam de desenvolver; e criar actividades que permitam que os idosos se sintam mais úteis *“torná-los mais úteis, sentirem-se mais vivos”*.

No que diz respeito ao interesse dos idosos pelas actividades, segundo a animadora, as actividades que os idosos mais gostam de desenvolver são os passeios fora do centro *“gostam de sair é uma das actividades preferidas deles, portanto tanto fazer passeios aqui em Lisboa de metro de autocarro”, “ portanto as actividades que mais gostam são realmente os passeios”*; gostam especialmente das actividades que envolvem lanche *“ir aos pastéis de Belém é uma coisa que eles adoram”*. Outra das actividades que a animadora considera que os idosos gostam de desenvolver é conversar *“eles gostam imenso de conversar”*; e por fim a animadora identifica ainda a Ginástica como sendo uma das actividades que os idosos mais gostam de realizar.

Como já foi referido, os idosos encontram-se por vezes pouco motivados para realizar actividades que são propostas pela animadora, sendo que para eles as actividades têm que ter um objectivo concreto *“fazer as actividades de Natal que tem um objectivo muito específico que é vender, para depois voltar a investir dinheiro na compra de mais materiais, ou mesmo pagar e entrada no museu”*.

Verifica-se que a actividade de animador, especificamente de idosos, requer um conjunto de características específicas, que só serão adquiridas com a prática diária. O/A animador/a é muitas vezes o confidente, o conselheiro, o amigo e com o decorrer do tempo, a pessoa que está mais próximo do idoso. Os/As animadores/as são muitas vezes as pessoas que estão mais disponíveis e presentes na vida do idoso e que lhes dão atenção e afecto (Jacob, 2007).

## 2 – IDENTIFICAÇÃO E DEFINIÇÃO DOS PROBLEMAS

A identificação dos problemas ou necessidades são, por norma, a fase de arranque de um projecto de intervenção. É com base na análise do diagnóstico da situação, concretamente a análise das entrevistas à Coordenadora do centro de dia e à Animadora, dos questionários aos utentes, bem como das conversas informais com os intervenientes mencionados anteriormente, e a recolha exaustiva de documentação teórica, que foram definidos os problemas apresentados em seguida.

| PROBLEMAS RELACIONADOS<br>COM O CENTRO DE DIA                                     | CAUSAS PROVÁVEIS   | POTENCIALIDADES PRESENTES<br>NA SITUAÇÃO (RECURSOS)   |
|---|--|---|
| <b>Número reduzido de utentes<br/>no Centro de Dia dos Leões<br/>de Portugal;</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• As pessoas não conhecem o Centro de Dia;</li><li>• Falta de Divulgação do Centro de Dia à comunidade envolvente;</li><li>• Os utentes terem que ser sócios do Leões de Portugal.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Centro de Dia com boas condições a nível de infra-estruturas, espaço, materiais, etc, para receber mais utentes;</li><li>• As condições oferecidas aos utentes são vantajosas a nível económico, pois só pagam os dias que vão ao centro de dia;</li><li>• Recursos humanos qualificados.</li></ul> |
| <b>Centro de Dia com verbas<br/>reduzidas;</b>                                    | <ul style="list-style-type: none"><li>• Directamente relacionado com o número reduzido de utentes;</li><li>• Apoios reduzidos por parte do Estado, às IPSS.</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Existência de parcerias com outras instituições, para minimizar os custos;</li><li>• Integrar um maior número de voluntários (3 a 4);</li><li>• Aproveitar os materiais disponibilizados pela animadora;</li><li>• Aproveitar as capacidades de cada utente.</li></ul>                              |

| PROBLEMAS RELACIONADOS<br>COM O GRUPO-ALVO  | CAUSAS PROVÁVEIS   | POTENCIALIDADES PRESENTES<br>NA SITUAÇÃO (RECURSOS)  |
|---|--|--|
| <b>Falta de Motivação por parte dos utentes do Centro de Dia em participar nas actividades.</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• O facto de se tratar de um grupo heterogéneo, com interesses e níveis culturais diferentes;</li> <li>• O número reduzido de utentes no centro;</li> <li>• São realizadas poucas actividades;</li> <li>• Os utentes dependentes levam a que haja menos tempo disponível para estar a desenvolver actividades.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uteses interessados em participar em actividades do seu interesse;</li> <li>• Envolver os utentes na definição das actividades;</li> <li>• Envolver os utentes na angariação de mais utentes para o centro de dia.</li> </ul>   |
| <b>Número reduzido de utentes</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verifica-se um número cada vez maior de utentes residentes a frequentar o centro com menor assiduidade;</li> <li>• Como o número reduzido de utentes e de utentes efectivos a frequentar o centro com menor frequência leva à diminuição das verbas, e consequentemente diminui o orçamento na compra de materiais para as actividades;</li> <li>• O número reduzido de actividades devido à falta de verbas leva à desmotivação dos utentes em participar nas actividades existentes.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumentar o número de utentes e a frequência dos utentes efectivos no centro de dia;</li> <li>• Aumentar as verbas do centro de dia, nem que seja apenas a nível do orçamento para a compra de material para o desenvolvimento das actividades;</li> <li>• Dinamizar actividades que estejam directamente relacionadas com os interesses dos utentes.</li> </ul> |

É importante referir, que os problemas identificados são a base de todo o projecto de intervenção, na medida em que um dos principais intuitos do presente projecto é colmatar estes problemas.

Em seguida serão definidas as finalidades, os objectivos gerais e específicos, e as estratégias do presente projecto.

### **3 – FINALIDADES DO PROJECTO**

De acordo com Guerra (2002), as finalidades indicam a intenção de um projecto e a contribuição que estas podem trazer aos problemas e às situações que se torna necessário alterar. Com base nesta perspectiva, as finalidades deste projecto são:

- Promover actividades que desenvolvam o bem-estar físico, social, psicológico e espiritual dos utentes do Centro de Dia dos Leões de Portugal;
- Desenvolver actividades que divulguem o Centro de Dia dos Leões de Portugal junto da população.

### **4 – OBJECTIVOS GERAIS DO PROJECTO**

Depois de definidas as grandes finalidades do projecto, são apresentados os objectivos gerais, que descrevem as grandes linhas de trabalho a seguir, expressos em termos operacionais, sendo que deste modo não permitem saber se foram ou não atingidos (Guerra, 2002). Os objectivos gerais deste projecto de intervenção são:

- Estimular a participação dos utentes nas actividades desenvolvidas no centro;
- Consciencializar os utentes para a importância de participar nas actividades;
- Conceber actividades do interesse dos utentes;
- Permitir a interacção entre gerações (entre os utentes e crianças);
- Divulgar o Centro de Dia dos Leões de Portugal;
- Aumentar o número de utentes no Centro de Dia.

### **5 – OBJECTIVOS ESPECÍFICOS DO PROJECTO**

Os objectivos específicos devem ser formulados de forma clara e precisa, na medida em que exprimem os resultados que se espera atingir. A definição destes objectivos não devem conter ambiguidades; sempre que possível devem estar quantificados e devem ser qualitativos ou quantitativos (Guerra, 2002). Tendo em conta esta perspectiva os objectivos específicos deste projecto são:



- Aumentar o número de utentes para cerca de 45 utentes inscritos no centro de dia, até ao ano de 2010;
- Fazer com que 50% dos utentes do centro de dia participem nas actividades desenvolvidas;
- Contribuir, a partir das actividades deste projecto, para o aumento da verba financeira do centro para cerca de 10% até ao final do ano de 2010;
- Permitir que todos os utentes inscritos no centro, excepto aqueles que por motivos de saúde não tenham capacidades, adquiram competências básicas ao nível informático até ao final do ano de 2010;
- Fazer com que 50% dos sócios do Sporting Clube de Portugal (SCP), tomem conhecimento da existência do centro de dia dos Leões de Portugal.

## **6 – APRESENTAÇÃO DAS ESTRATÉGIAS A UTILIZAR**

Depois de formulados os objectivos do projecto, é necessário identificar o que fazer para os atingir, isto é, identificar quais as melhores estratégias para atingir os objectivos definidos. As estratégias devem ser encaradas como as grandes orientações metodológicas do projecto.

A definição das estratégias segundo Guerra (2002), obedece a uma lógica diferente da sistematização analítica das etapas da metodologia de projecto. Trata-se de um processo indutivo, e nesse sentido é bastante intuitivo, na medida em que o real é demasiado complexo, pois envolve uma multiplicidade de parâmetros que são inerentes ao real e deste modo há dificuldade em medir o seu peso e em prospectivar/ prever a sua evolução, dada a mudança constante dos meios sociais.

Quando estamos a analisar situações reais do quotidiano, no caso em concreto a realidade de um Centro de Dia, é inevitável haver uma análise subjectiva na apreciação das situações e dos valores com que se julga o presente e se prospectiva o futuro. Esta análise subjectiva dos factos não pode ser encarada como uma recusa dos métodos formais de análise metódica dos problemas e da tomada racional de decisões, esta deve ser vista como uma necessidade de organizar, colectivamente, a subjectividade inerente à complexidade do conhecimento e à intervenção no domínio do social.

Os critérios que foram tidos em conta para a definição das estratégias, que serão apresentadas em seguida, tiveram em conta os utentes do centro de dia, pois todas

as actividades visam a participação activa destes e o envolvimento da Direcção dos Leões de Portugal e do SCP no apoio ao desenvolvimento das actividades.

- ✧ Iniciar o projecto de intervenção pela apresentação do projecto à Direcção dos Leões de Portugal e à Direcção do Sporting Clube de Portugal (SCP), e solicitar apoios a nível financeiro e material para a execução das várias actividades;
- ✧ Envolver os utentes do Centro de Dia em todo o processo de definição e dinamização das actividades, para que estes se sintam integrados nas actividades e desta forma participem activamente no seu desenvolvimento;
- ✧ Dar a conhecer o Centro de Dia dos Leões de Portugal a toda a comunidade envolvente, de modo a que os indivíduos interessados se possam inscrever como utentes do Centro de Dia, e deste modo aumentar o número de utentes do centro;
- ✧ Vender alguns dos produtos resultantes das actividades e assim aumentar o orçamento do centro.

O que se pretende com as estratégias apresentadas para este projecto é colmatar os problemas identificados na análise do diagnóstico.

## CAPÍTULO III – PLANO DE ACTIVIDADES

Para definir o plano de actividades foi necessário ter em conta a análise do diagnóstico, a identificação e definição dos problemas/necessidades, os objectivos e estratégias do projecto. Em seguida serão descritos os diferentes temas do projecto que integram as respectivas actividades, tarefas e etapas, e no ponto 2 é apresentada a calendarização com a identificação das diferentes actividades a desenvolver.

### 1. – ACTIVIDADES DO PROJECTO

Seguidamente serão apresentadas as actividades inerentes ao projecto. O projecto possui cinco temas, sendo que cada tema integra as diferentes actividades.

## TEMA I: “VISITA AO CENTRO DE DIA DOS LEÕES DE PORTUGAL E AO SPORTING CLUBE DE PORTUGAL (SCP)”

| DESCRIÇÃO GLOBAL DO TEMA  |   |
|---|---|
| <p>Pretende-se dar a conhecer à comunidade envolvente o Centro de Dia dos Leões de Portugal, e deste modo contribuir para o aumento do número de utentes, e consequentemente aumentar as verbas do Centro de Dia, dois dos principais problemas identificados.</p> <p>Para isso ir-se-ão desenvolver várias actividades que culminam na visita ao estádio Alvalade XXI e ao Centro de Dia dos Leões de Portugal.</p> <p>A visita ao Estádio do SCP é uma estratégia para incentivar a visitar também o centro de dia.</p> |   |
| <b>1.ª Etapa</b> - Reunir com os utentes do Centro de dia com o intuito de apresentar de forma global o tema e perceber as opiniões.  |   |
| <b>2.ª Etapa</b> - Reunir com a direcção do Centro de Dia para apresentar o tema bem como as diferentes actividades que se pretende desenvolver, e solicitar apoio material ou monetário para a realização das actividades.   |   |
| <b>3.ª Etapa</b> - Reunião com a direcção do Sporting Clube de Portugal para apresentar o tema das diferentes actividades, e solicitar apoio material ou monetários para a realização das actividades.  |   |
| <b>4.ª Etapa</b> - Definição das Actividades  |   |
| ACTIVIDADE 1  |   |
| <b>Descrição</b>  | <b>Construção do folheto de Divulgação da Visita ao Centro de Dia e ao SCP.</b> |

|                               |   |
|-------------------------------|---|
| <b>Objectivos Específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Construir um folheto para divulgação da Visita ao Centro de Dia e ao SCP;</li> <li>• Imprimir cerca de 500 folhetos para posterior divulgação da visita ao centro de dia e ao SCP.</li> </ul>  |
| <b>Metodologia</b>            | Elaboração em Computador num documento Word de um folheto em tamanho A3, em que conste os seguintes dados: nome da Actividade "Venha visitar o SCP e conheça o Centro de Dia dos Leões de Portugal; Dia da Actividade (8 de Maio de 2010); Horário (Das 14:30h às 17:00h); Público -Alvo: Destina-se a indivíduos com mais de 55 anos de Idade; Custo da Actividade (1€); Local onde decorrerá (Centro de Dia dos Leões de Portugal); e um destacável com os dados para a inscrição dos participantes (nome; morada; Idade, sexo...). |
| <b>Recursos Humanos</b>       | Técnica do Projecto; Animadora; Auxiliar e Coordenadora do centro de dia.   |
| <b>Recursos Materiais</b>     | Computador; papel A4 (branco); impressora; tinteiros.   |
| <b>ACTIVIDADE 2</b>           |   |
| <b>Descrição</b>              | <b>Distribuição do folheto de divulgação.</b>   |
| <b>Objectivos Específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Distribuir os 500 folhetos pelos sócios e adeptos do SCP.</li> </ul>   |
| <b>Metodologia</b>            | Distribuir os 500 folhetos de divulgação da visita ao SCP e ao Centro de dia, num dia de jogo do SCP, pelos sócios e Adeptos. As pessoas que irão distribuir os folhetos estarão estrategicamente colocados nas portas de entrada para o estádio Alvalade XXI.  |
| <b>Recursos Humanos</b>       | Técnica do Projecto; Animadora; Coordenadora do centro de dia; voluntários/as do centro e os utentes interessados em participar.  |
| <b>Recursos Materiais</b>     | Os folhetos para distribuição.  |
| <b>ACTIVIDADE 3</b>           |   |
| <b>Descrição</b>              | <b>Elaboração de uma breve apresentação do Centro de Dia.</b>   |
| <b>Objectivos Específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apresentar aos participantes da visita, fotos do centro de dia e suas principais características;</li> <li>• Preparar as intervenções dos utentes interessados em relatar a sua experiencia como utentes do centro de dia.</li> </ul>  |

|                               |   |
|-------------------------------|---|
| <b>Metodologia</b>            | Elaborar em power point uma breve apresentação do centro de dia com o seguinte conteúdo: origem do centro; características gerais; actividades desenvolvidas, o que é necessário para se inscrever no centro de dia, bem como os benefícios de ser utente. Após a apresentação será relatada pelos utentes a sua experiência como utentes do centro de dia. Esta apresentação será visualizada no final da visita ao centro de dia. |
| <b>Recursos Humanos</b>       | Técnica do Projecto; Animadora; e Auxiliar.   |
| <b>Recursos Materiais</b>     | Computador.   |
| <b>ACTIVIDADE 4</b>           |   |
| <b>Descrição</b>              | <b>Construção de um folheto com uma breve apresentação do centro de dia.</b>  |
| <b>Objectivos Específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Construir um folheto com as características gerais do centro de dia e descrever o que é necessário para ser utente do centro de dia e quais o benefícios;</li> <li>• Entregar aos participantes no final da apresentação do centro.</li> </ul>   |
| <b>Metodologia</b>            | Elaboração em Computador num documento Word de um folheto em tamanho A4, em que conste: as características gerais do centro de dia; actividades realizadas no centro; fotos do centro de dia e das actividades realizadas; o que é necessário para se tornar utente do centro de dia e os benefícios de ser utente.   |
| <b>Recursos Humanos</b>       | Técnica do Projecto; Animadora; Auxiliar e Coordenadora do centro de dia.   |
| <b>Recursos Materiais</b>     | Computador; papel A4 (branco); impressora; tinteiros.   |
| <b>ACTIVIDADE 5</b>           |   |
| <b>Descrição</b>              | <b>Visita ao Sporting Clube de Portugal (SCP) e ao Centro de Dia</b>  |
| <b>Objectivos Específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ter cerca de 25 participantes na visita ao SCP e ao centro de dia;</li> <li>• Fazer uma visita guiada por um dos utentes do centro de dia, ao estádio Alvalade XXI;</li> <li>• Fazer uma visita guiada ao centro de dia pela animadora do centro;</li> <li>• Visualizar a apresentação em power point do centro de dia.</li> </ul>   |
| <b>Metodologia</b>            | Definir como ponto de encontro o centro de dia dos Leões de Portugal, e quando todos os participantes estiverem reunidos dar início a visita pelo estádio do SCP. O guia da visita conduzirá os participantes pelo estádio, e no final encaminhará os participantes novamente para o centro de dia. A visita ao estádio será  |

|   |  |
|---|--|
|   | acompanhada também pela animadora e pela coordenadora. Ao chegar ao centro de dia a animadora será a guia da visita aos diferentes espaços do centro de dia. Quando o centro de dia estiver apresentado os participantes terão cadeiras e sofás disponíveis na sala do centro de dia para se poder proceder à visualização da apresentação do centro de dia. No final da apresentação alguns dos utentes do centro irão relatar a sua experiencia como utentes, e será também entregue o folheto de apresentação do centro de dia. |
| <b>Recursos Humanos</b>   | Técnica do Projecto; Animadora; Auxiliar; Coordenadora do centro de dia e voluntários.   |
| <b>Recursos Materiais</b>   | Computador; retroprojector; tela; cadeiras; sofás, duas mesas e extensões eléctricas.  |
| <b>ACTIVIDADE 6</b>   |  |
| <b>Descrição</b>  | <b>Lanche Convívio</b>   |
| <b>Objectivos Específicos</b>   | Preparar o lanche convívio para os participantes nas visitas e para os utentes.  |
| <b>Metodologia</b>  | Comprar bolos secos, sumos, pão, queijo, fiambre (para realizar sandes), água, etc., para o lanche. No dia da visita preparar a mesa com a comida.   |
| <b>Recursos Humanos</b>   | Técnica do Projecto; Animadora; Auxiliar e Voluntários   |
| <b>Recursos Materiais</b>   | Mesas, toalhas, pratos e copos.  |
| <b>AVALIAÇÃO DAS ACTIVIDADES</b>  |  |
| <p>A avaliação das diferentes actividades irá recair sobre o número de pessoas que se tenham inscrito nas visitas. Se houver 25 inscrições, ou mais, às visitas, considera-se que as actividades tiveram sucesso e deste modo serão realizadas novamente. No entanto estas actividades, que culminam na visita ao SCP e ao centro, serão realizadas apenas 1 vez por ano. Também será tido em conta a opinião dos utentes do centro, e para isso após a realização das actividades haverá uma reunião com todos os utentes para se saber se estes gostaram da actividade e se consideram pertinente voltar a realizá-las. Se 50% dos utentes mencionarem que gostaram das actividades e que estas actividades se deveriam realizar novamente, então as actividades tiveram sucesso, e serão realizadas novamente.</p> |  |

| CUSTO ESTIMADO DAS ACTIVIDADES  |  |
|---|--|
| DESPESAS  | RECEITAS   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 20€ em papel A4 branco para a impressão dos 500 folhetos para a divulgação, e dos 30 folhetos para entregar no final da actividade da visualização do filme do centro de dia, aos participantes;</li> <li>▪ 40€ na impressão dos folhetos (tinteiros);</li> <li>▪ 20€ na compra de alimentos para o lanche.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1€ Por cada inscrição (no máximo 25 inscrições).</li> </ul> |
| <b>TOTAL DAS DESPESAS: 80€</b>  | <b>TOTAL DE RECEITAS: 25€</b>  |
| <p><b>Nota:</b> Relativamente às despesas com o papel e as impressões para os 500 folhetos para a divulgação, e os 30 folhetos para entregar aos participantes, será solicitado ao SCP que nos apoie na impressão destes folhetos. Se for concedido o apoio não haverá despesas com esse material.</p>  |  |

## TEMA II: “CONTA-ME UM CONTO”

| DESCRIÇÃO GLOBAL DO TEMA   |
|--|
| <p>Pretende-se que os utentes do centro de dia desenvolvam actividades que promovam não só o seu bem-estar físico, mas também psicológico e cognitivo.</p> <p>Para isso ir-se-ão desenvolver actividades que permitam a interacção entre os idosos e crianças, concretamente crianças da pediatria do IPO, e deste modo fazer com que os utentes se sintam úteis por proporcionar um dia diferentes às crianças da pediatria do IPO. Para isso será preparada uma peça de teatro em fantoches de um conto ou história infantil, escolhida pelos utentes, que será apresentada às crianças.</p> |
| <p><b>1.ª Etapa</b> - Reunir com os utentes do Centro de dia com o intuito de apresentar de forma global o tema e perceber as opiniões.</p>  |
| <p><b>2.ª Etapa</b> - Reunir com a direcção do Centro de Dia para apresentar o tema bem como as diferentes actividades que se pretende desenvolver, e solicitar apoio material ou monetário para a realização das actividades.</p>   |
| <p><b>3.ª Etapa</b> - Reunir com o/a Director/a da pediatria do IPO de Lisboa a fim de apresentar a ideia, e verificar se tem interesse em desenvolvê-la junto das crianças.</p>   |
| <p><b>4.ª Etapa</b> - Definição das Actividades</p>  |

| <b>ACTIVIDADE 1</b>           |  |
|-------------------------------|--|
| <b>Descrição</b>              | <b>Seleção do Conto ou História Infantil</b>   |
| <b>Objectivos Específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Solicitar aos utentes que enumerem os diferentes contos ou histórias infantis que conhecem;</li> <li>• Seleccionar um dos contos ou histórias infantis a partir do método de voto (dedo no ar).</li> </ul>  |
| <b>Metodologia</b>            | Reunir com os utentes do centro de dia e solicitar que mencionem as histórias ou contos infantis que conhecem. Depois de identificados votar naquele que mais gostam. O que tiver um maior número de votos será o seleccionado para ser representado como peça de teatro de fantoches às crianças. |
| <b>Recursos Humanos</b>       | Técnica do Projecto; Animadora; Auxiliar e Coordenadora do centro de dia.  |
| <b>Recursos Materiais</b>     | 20 Cadeiras, e 1 mesa.   |
| <b>ACTIVIDADE 2</b>           |  |
| <b>Descrição</b>              | <b>Adaptação da história ou conto infantil a uma peça de teatro de fantoches</b>   |
| <b>Objectivos Específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adaptar a história ou conto infantil seleccionado, a uma peça de teatro de fantoches;</li> <li>• Identificar as diferentes falas e personagens que integram a peça.</li> </ul>  |
| <b>Metodologia</b>            | A partir da história ou conto seleccionado construir uma peça de teatro com as diferentes falas e personagens. Usar a internet como instrumento de apoio para verificar se não existe já alguma adaptação da história ou conto escolhido.  |
| <b>Recursos Humanos</b>       | Técnica do Projecto; Animadora; Auxiliar e Coordenadora do centro de dia.  |
| <b>Recursos Materiais</b>     | Computador, 1 mesa e cadeiras.   |
| <b>ACTIVIDADE 3</b>           |  |
| <b>Descrição</b>              | <b>Construção dos Fantoches</b>  |
| <b>Objectivos Específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Construir os diferentes fantoches de acordo com o número de personagens identificadas;</li> </ul>   |



|                               |   |
|-------------------------------|---|
| <b>Metodologia</b>            | De acordo com a adaptação realizada da história ou conto infantil a uma peça de teatro, elaborar os diferentes fantoches tendo em conta o número de personagens identificadas. Para a confecção dos respectivos fantoches será solicitado o apoio de todos os utentes, sendo que as utentes que tem conhecimento a nível práticos de costura serão as principais responsáveis pela execução dos respectivos fantoches. Com o apoio das utentes responsáveis pela confecção dos fantoches elaborar uma lista que identifique os materiais necessários à confecção (tecidos; tesoura; linhas para cozer; agulhas; botões pequenos...). Será solicitado às utentes, se tiverem possibilidade, para trazer de suas casas os materiais necessários para a confecção dos fantoches. |
| <b>Recursos Humanos</b>       | Técnica do Projecto; Animadora; Auxiliar; voluntários e todos os utentes.   |
| <b>Recursos Materiais</b>     | 2 Mesas, 20 cadeiras; tecidos de diferentes cores e tipos; 5 tesouras; 1 carrinho de linha de cada cor; botões pequenos; canetas de feltro de cada cor.   |
| <b>ACTIVIDADE 4</b>           |   |
| <b>Descrição</b>              | <b>Construção do cenário para a peça</b>  |
| <b>Objectivos Específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar qual o tipo de cenário que terá a peça de teatro;</li> <li>• Identificar o tipo de material necessário para a construção do cenário.</li> </ul>  |
| <b>Metodologia</b>            | Depois de identificado o tipo de cenário que terá a peça, elaborar uma planta da estrutura do cenário. Identificar também o tipo de cenário, se será uma estrutura em forma de casa, uma estrutura com paisagem, etc., e identificar qual o material necessário para a construção do respectivo cenário.  |
| <b>Recursos Humanos</b>       | Técnica do Projecto; Animadora; Auxiliar; voluntários e todos os utentes.   |
| <b>Recursos Materiais</b>     | 3 Cartolinas de cada cor; cartão; tesoura; canetas de feltro; tintas de diferentes cores; cola; placas de esferovite.   |
| <b>ACTIVIDADE 5</b>           |   |
| <b>Descrição</b>              | <b>Ensaio da peça de teatro de fantoches</b>  |
| <b>Objectivos Específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Seleccionar os utentes que estão interessados em integrar a peça de teatro;</li> <li>• Distribuir as falas pelos utentes interessados.</li> </ul>  |

|   |  |
|---|--|
| <b>Metodologia</b>  | Reunir com os utentes e verificar quais os interessados em fazer as falas das personagens da peça de teatro. Depois de identificados os utentes, descrever as diferentes personagens para que cada utente possa escolher com que personagens querem ficar. Em seguida, será distribuído pelos utentes as falas das personagens e dá-se início ao ensaio. O ensaio deverá decorrer dois mês antes de se apresentar a peça, 2 horas, 2 vezes por semana. |
| <b>Recursos Humanos</b>   | Técnica do Projecto; Animadora; e os utentes que integram a peça de teatro.  |
| <b>Recursos Materiais</b>   | Cadeiras; mesas; folhas A4 brancas; impressora; computador.  |
| <b>ACTIVIDADE 6</b>   |  |
| <b>Descrição</b>  | <b>Representação da peça de teatro de fantoches às crianças da pediatria do IPO</b>  |
| <b>Objectivos Específicos</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar às crianças da pediatria do IPO de Lisboa uma tarde animada e divertida;</li> <li>• Possibilitar a interacção entre os idosos e as crianças;</li> <li>• Motivar os idosos a participar em actividades com um determinado objectivo, no caso em concreto que proporciona a alegria das crianças da pediatria.</li> </ul>  |
| <b>Metodologia</b>  | Levar os utentes do centro de dia, à pediatria do IPO de Lisboa, para representar a peça de teatro às crianças. Antes de apresentar a peça de teatro os utentes deveram apresentar-se às crianças, e pedir às crianças que estas se apresentem também, se estas se encontrarem em condições para realizar a apresentação.  |
| <b>Recursos Humanos</b>   | Técnica do Projecto; Animadora; Voluntários; Coordenadora do Centro de Dia e todos os utentes.   |
| <b>Recursos Materiais</b>   | Fantoches; Cenário.  |
| <b>AVALIAÇÃO DAS ACTIVIDADES</b>  |  |
| <p>A avaliação das diferentes actividades será realizada tendo em conta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ a conversa ou reunião com o/a director/a da pediatria e constatar o interesse em voltar a realizar a actividade no futuro;</li> <li>▪ compreender a receptividade das crianças a esta actividade a partir de um pequeno questionário realizado às crianças no final da actividade, onde conste se gostaram ou não da actividade; o que mais gostaram; o que menos gostaram; e se gostavam de ver outra vez este teatro de fantoches;</li> <li>▪ reunir no dia após a realização da peça de teatro com os utentes, e verificar se 70% dos utentes envolvidos na peça gostariam de voltar a realizá-la, a partir de votação.</li> </ul> |  |

|  |  |
|--|--|
|  |  |
| <b>CUSTO ESTIMADO DAS ACTIVIDADES</b>  |  |
| <b>DESPESAS</b>  | <b>RECEITAS</b>                                    |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 7€ na compra de cartolinas, papel de cenário e do cartão grosso;</li> <li>▪ 2€ na compra de papel A4 branco.</li> </ul>   | <i>Não existem receitas com estas actividades.</i> |
| <b>TOTAS DAS DESPESAS: 9€</b>  | <b>TOTAL DE RECEITAS: 0€</b>                       |
| <p><b>Nota:</b> <i>Relativamente ao restante material necessário para a construção dos fantoches e do cenário, será solicitado aos utentes que se tiverem possibilidade tragam algum material que tenham em casa, para minimizar as despesas inerentes às actividades.</i></p> |  |

### TEMA III: “HISTÓRIAS DE VIDA”

|   |
|---|
| <b>DESCRIÇÃO GLOBAL DO TEMA</b>   |
| <p>Uma das actividades preferidas da população idosa é conversar e contar as suas histórias de vida. Com o intuito de estimular os idosos a participar nas actividades, pretende-se desenvolver actividades que tenham por base um tema do interesse dos utentes, concretamente as suas histórias de vida. Para além das narrativas dos idosos pretende-se também realizar uma recolha de fotos que ilustrem as histórias de vida de cada utente.</p> |
| <p><b>1.ª Etapa</b> - Reunir com os utentes do Centro de dia com o intuito de apresentar de forma global o tema e perceber as opiniões.</p>   |
| <p><b>2.ª Etapa</b> - Reunir com a direcção do Centro de Dia para apresentar o tema bem como as diferentes actividades que se pretende desenvolver, e solicitar apoio material ou monetário para a realização das actividades.</p>  |
| <p><b>3.ª Etapa</b> - Reunião com a direcção do Sporting Clube de Portugal para apresentar o tema das diferentes actividades, e solicitar apoio material ou monetários para a realização das actividades.</p>   |
| <p><b>4.ª Etapa</b> - Definição das Actividades</p>   |
| <b>ACTIVIDADE 1</b>   |

| <b>Descrição</b>              | <b>Definição dos temas para as histórias de vida</b>   |
|-------------------------------|--|
| <b>Objectivos Específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir os diferentes temas para as histórias de vida (exemplo: " A minha infância"; "A minha Juventude"; " As minha Profissões"; "Eu e a minha família"; "Os meus romances" e "Eu e o Sporting";</li> <li>• Pedir aos utentes para sugerirem outros temas do seu interesse;</li> <li>• Trabalhar cada tema das histórias de vida semestralmente.</li> </ul>                |
| <b>Metodologia</b>            | Identificar um conjunto de temas para as histórias de vida e apresentá-los aos utentes. Em seguida mencionar aos utentes que cada tema será trabalhado semestralmente, e que será realizada uma entrevista/conversa com cada utentes em particular sobre o determinado tema. Para a referida entrevista/conversa não será elaborado qualquer guião pois pretende-se que os idosos conversem livremente sobre o tema. |
| <b>Recursos Humanos</b>       | Técnica do Projecto; Animadora; e Auxiliar.  |
| <b>Recursos Materiais</b>     | 20 Cadeiras, 1 mesa.   |

### **ACTIVIDADE 2**

| <b>Descrição</b>              | <b>Recolha das histórias de vida e das fotografias</b>   |
|-------------------------------|--|
| <b>Objectivos Específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recolher as histórias de vida de cada utente individualmente;</li> <li>• Recolher as fotografias, junto dos utentes, que ilustrem o tema da história de vida de cada um.</li> </ul>   |
| <b>Metodologia</b>            | A animadora realizará a entrevista/conversa com cada utente em particular, e gravar a respectiva conversa. Em seguida pedir ao utente que se tiver possibilidade traga as fotografias que ilustram a história que acabaram de narrar. Cada dia deve ser feita entre 1 a 2 entrevista para posterior análise. |
| <b>Recursos Humanos</b>       | Técnica do Projecto; Animadora; e Auxiliar.  |
| <b>Recursos Materiais</b>     | Computador, scanner, gravador.   |

### **ACTIVIDADE 3**

| <b>Descrição</b>              | <b>Exposição das histórias de vida com as respectivas fotografias.</b>   |
|-------------------------------|--|
| <b>Objectivos Específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Expor excertos das histórias de vida com as respectivas fotografias de cada utente;</li> <li>• Convidar os familiares dos utentes, os utentes das instituições parceiras com o centro de dia, a direcção dos Leões de Portugal e do SCP.</li> </ul> |

|                               |   |
|-------------------------------|---|
| <b>Metodologia</b>            | Depois de recolhidas as histórias de vida e as fotografias sobre o tema em questão durante o respectivo semestre, analisar as entrevistas/conversas, e expor os excertos de todas as entrevistas, que se considere mais interessantes e pertinentes de acordo com o tema. Os convites para a exposição aos familiares dos utentes devem ser feitos telefonicamente, assim como os convites aos utentes das instituições parceiras, da direcção dos Leões de Portugal e do SCP. A exposição do tema das histórias de vida é feita na última semana do último mês do semestre em que se trabalha o respectivo tema do semestre. |
| <b>Recursos Humanos</b>       | Técnica do Projecto; Animadora; Auxiliar; voluntários e todos os utentes.   |
| <b>Recursos Materiais</b>     | Computador, impressora, papel cenário, cola, fita-cola.   |
| <b>ACTIVIDADE 4</b>           |   |
| <b>Descrição</b>              | <b>Construção do Livro "Histórias de Vida dos Utesntes dos Leões"</b>   |
| <b>Objectivos Específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Construir um livro com as várias histórias de vida expostas ao longo dos diferentes semestres;</li> <li>• Editar cerca de 50 livros para posterior venda ao público;</li> </ul>  |
| <b>Metodologia</b>            | Após os vários semestres em que foram recolhidas as histórias de vidas dos utentes de acordo com determinado tema, analisados e expostos; pretende-se que as actividades culminem na edição de um livro que integre as histórias de vida com as respectivas fotografias. Para a edição do referido livro de memórias é necessário solicitar o apoio financeiro da direcção dos Leões de Portugal e do SCP. Se não for possível por parte desta instituição apoiar a nível financeiro, encontrar um mecenas para a edição do livro.  |
| <b>Recursos Humanos</b>       | Técnica do Projecto; Animadora; e coordenadora do Centro de Dia.  |
| <b>Recursos Materiais</b>     | Computador, impressora, papel A4 branco.  |

|  |   |
|--|---|
|  |   |
| <b>AVALIAÇÃO DAS ACTIVIDADES</b>   |   |
| <p>A avaliação das diferentes actividades será realizada tendo em conta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ um questionário de avaliação das actividades que culminam na exposição, a fim de saber se os utentes gostaram de realizar as actividades;</li> <li>▪ um questionário de avaliação à exposição das histórias de vida aos utentes para saber se gostaram da exposição;</li> <li>▪ um questionário de avaliação da exposição feito às várias pessoas que visitem a exposição.</li> </ul> <p><i>Estes métodos de avaliação serão feitos semestralmente. Se no primeiro semestre a análise mostrar que 50% dos utentes não gostou das actividades e da exposição, e que 50% dos visitantes não gostaram da exposição, estas actividades não serão realizadas no futuro, e não haverá a edição do livro.</i></p> |   |
| <b>CUSTO ESTIMADO DAS ACTIVIDADES</b>  |   |
| <b>DESPESAS</b>  | <b>RECEITAS</b>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 7€ na de papel de cenário e papel A4 branco;</li> <li>▪ 40€ na compra de tinteiros.</li> </ul>  | <p><i>Se o livro de histórias de vida não for editado estas actividades não terão receitas.</i></p> <p><i>Haverá receitas se o livro for editado e forem feitas cerca de 50 edições e se cada edição custar 20€</i></p> |
| <b>TOTAL DAS DESPESAS: 47€</b>   | <b>TOTAL DE RECEITAS: 1000€</b>   |
| <p><b>Nota:</b> <i>Como já foi referido anteriormente as várias actividades irão culminar a construção de um livro "Histórias de Vida dos Utentes dos Leões". Esta última actividade só será possível se houver o apoio financeiro dos Leões de Portugal ou do SCP; ou se houver outra instituição qualquer interessado em apoiar esta actividade.</i></p>   |   |

## TEMA IV: “RECEITAS CULINÁRIAS SAUDÁVEIS”

|   |
|---|
| <b>DESCRIÇÃO GLOBAL DO TEMA</b>   |
| <p>A alimentação é para a população idosa uma das suas maiores preocupações, na medida em que devido à idade e às suas condições de saúde, tem a necessidade de ter maiores preocupações com o seu regime alimentar. Pretende-se assim criar actividades que tenham por base a alimentação saudável, e deste modo motiva-los a participar nas actividades. As actividades tem também o intuito de consciencializar os utentes para a importância de uma alimentação mais saudável. A realização das várias actividades irá decorrer durante um semestre, e termina no dia 7 de Abril com a venda ao</p> |

público dos livros, dia em que se comemora o Dia Mundial da Saúde.

**1.ª Etapa** - Reunir com os utentes do Centro de dia com o intuito de apresentar de forma global o tema e perceber as opiniões.

**2.ª Etapa** - Definição das Actividades

### ACTIVIDADE 1

|                               |   |
|-------------------------------|---|
| <b>Descrição</b>              | <b>Seminário sobre Alimentação Saudável</b>   |
| <b>Objectivos Específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Consciencializar os utentes para a importância de ter hábitos de alimentação saudáveis;</li> <li>• Transmitir que tipo de alimentação os utentes deve ter;</li> <li>• Solicitar aos utentes que sugiram receitas saudáveis.</li> </ul> |
| <b>Metodologia</b>            | Inicialmente realizar-se-á um seminário para alertar os utentes para as vantagens de ter um regime alimentar saudável, e de como este aspecto contribui para a saúde. Deste modo, será solicitado a participação de um profissional que aborde o tema da Alimentação Saudável.  |
| <b>Recursos Humanos</b>       | Técnica do Projecto; Animadora; Auxiliar, Coordenadora do centro de dia e profissional da área da saúde.  |
| <b>Recursos Materiais</b>     | 20 Cadeiras, 2 mesa, retroprojector, tela, computador.  |

### ACTIVIDADE 2

|                               |   |
|-------------------------------|---|
| <b>Descrição</b>              | <b>Enumeração de receitas saudáveis.</b>  |
| <b>Objectivos Específicos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recolher junto dos utentes um conjunto de receitas saudáveis;</li> </ul>   |
| <b>Metodologia</b>            | Cada utente terá o prazo de um mês para apresentar a todos as receitas que conhece. Todos os utentes terão que apresentar pelo menos uma receita e no máximo 5. Será feita uma reunião para solicitar aos utentes que mencionem as receitas saudáveis que conhecem, e que descrevam os ingredientes e o modo de confecção. Podem ser referidos receitas de sopa, pratos de carne ou peixe, entradas, sobremesas, etc. |
| <b>Recursos</b>               | Técnica do Projecto; Animadora e Auxiliar.  |

|  |   |
|--|---|
| <b>Humanos</b>   |   |
| <b>Recursos Materiais</b>  | 1 Mesa e 20 cadeiras.   |
| <b>ACTIVIDADE 3</b>  |   |
| <b>Descrição</b>   | <b>Construção de um Livro de Receitas</b>   |
| <b>Objectivos Específicos</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Construir um livro de receitas a partir das receitas sugeridas pelos utentes;</li> <li>• Imprimir cerca de 50 livros.</li> </ul>   |
| <b>Metodologia</b>   | A construção do livro de receitas saudáveis não pretende a edição do mesmo. Deste modo será elaborado no programa word. Após a identificação das diferentes receitas, e definir a estrutura do livro, por exemplo, o tipo de capa, a contracapa, se estará dividido por: tema 1-sopas, tema 2-entradas, tema 3-pratos de carne, tema 4-pratos de peixe, etc., será impresso e vendido a um preço simbólico de 2€. |
| <b>Recursos Humanos</b>  | Técnica do Projecto; Animadora; Auxiliar; voluntários e todos os utentes.   |
| <b>Recursos Materiais</b>  | Computador, impressora, 2 mesas e cadeiras.   |
| <b>AVALIAÇÃO DAS ACTIVIDADES</b>   |   |
| <p>A avaliação das diferentes actividades será realizada tendo em conta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ o número de vendas no livro, na medida em que se forem vendidos os 50 livros que se pretende imprimir, as actividades tiveram sucesso e poderão repetir-se;</li> <li>▪ questionário de avaliação feita no final do seminário aos utentes, para saber se foi pertinente para eles;</li> <li>▪ reunião com os utentes para verificar se este consideram que se deverá realizar estas actividades no futuro.</li> </ul> |   |
| <b>CUSTO ESTIMADO DAS ACTIVIDADES</b>  |   |
| <b>DESPESAS</b>  | <b>RECEITAS</b>   |
| 5€ na compra de papel A4 branco;<br>40€ na compra de tinteiros.  | 2€ Pela venda de cada livro   |
| <b>TOTAL DAS DESPESAS: 45€</b>   | <b>TOTAL DE RECEITAS: 100€</b>  |



## TEMA V: “NOVAS TECNOLOGIAS NO CENTRO DE DIA”

| DESCRIÇÃO GLOBAL DO TEMA   |  |
|--|--|
| Os idosos bem como os restantes grupos populacionais devem estar em constante actualização e aprendizagem. Se as novas tecnologias, concretamente a utilização do computador é cada vez mais uma condição obrigatória, então é crucial criar formação que permita que os utentes aprendam a mexer nos computadores. Assim vão ser criadas aulas de iniciação à informática no centro de dia, para todos os utentes interessados. As aulas decorreram durante 1 ano.                        |  |
| <b>1.ª Etapa</b> - Reunir com os utentes do Centro de dia com o intuito de apresentar de forma global o tema e perceber as opiniões.   |  |
| <b>2.ª Etapa</b> - Reunir com a direcção do Centro de Dia para apresentar o tema bem como as diferentes actividades que se pretende desenvolver, e solicitar apoio na aquisição de computadores para o centro de dia.  |  |
| <b>3.ª Etapa</b> - Reunião com a direcção do Sporting Clube de Portugal para apresentar o tema das diferentes actividades, e solicitar apoio na aquisição de computadores para o centro de dia.  |  |
| <b>4.ª Etapa</b> - Definição das Actividades   |  |
| ACTIVIDADE 1   |  |
| Descrição  | Aulas de Iniciação à Informática   |
| Objectivos Específicos   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Transmitir aos utentes os conhecimentos básicos de informática.</li> </ul>  |
| Metodologia  | Haverá semanalmente aulas de iniciação à informática para todos os utentes interessados em adquirir conhecimentos nesta área, que será ministrado pela animadora. As aulas decorreram 2 vezes por semana (terças e quintas), das 14h às 15h30. |
| Recursos Humanos   | Animadora  |
| Recursos Materiais   | 20 Cadeiras, 10 mesa, e 1 computador para cada utente, ou 1 computador por cada 2 utentes.   |
| AVALIAÇÃO DAS ACTIVIDADES  |  |
| <p>A avaliação desta actividade terá em conta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• o número de desistências das aulas, na medida em que se 50% dos utentes desistirem das aulas, então as aulas não estão a ter sucesso, sendo necessário aplicar um questionário ou realizar uma reunião com os utentes para verificar o que levou às desistências;</li> <li>• no final do ano será realizado um questionário de avaliação às aulas de informática, para verificar se</li> </ul> |  |

os utentes após as aulas adquiriram os conhecimentos básicos de informática (escrever no word, pesquisar na internet, enviar e receber emails,...).

### CUSTO ESTIMADO DAS ACTIVIDADES

| DESPESAS  | RECEITAS                                 |
|---|--|
| Esta actividade não terá despesas.  | <i>Esta actividade de terá receitas.</i> |
| <b>TOTAL DAS DESPESAS: 0€</b>   | <b>TOTAL DE RECEITAS: 0€</b>             |
| <i>Nota: O Centro de Dia encontra-se no momento a aguardar que lhe sejam oferecidos os computadores para a realização deste tema.</i> |  |

**NOTA FINAL:** Estas actividades foram pensadas tendo em conta as reduzidas verbas do Centro de Dia. Este aspecto faz com que as despesas com as actividades sejam reduzidas ou mesmo inexistentes. Porém, para o desenvolvimento das actividades conta-se com o apoio a nível material e financeiro por parte da Instituição Leões de Portugal e do Sporting Clube de Portugal, como referi ao longo da descrição dos diferentes temas.

## 2. – IDENTIFICAÇÃO E CALENDARIZAÇÃO DAS ACTIVIDADES A DESENVOLVER

|          |           | Meses |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|----------|-----------|-------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 2010     |           | Jan   | Fev | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Out | Nov | Dez |
| Tema I   | 1.ª Etapa |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | 2.ª Etapa |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | 3.ª Etapa |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 1   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 2   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 3   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 4   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 5   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 6   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| Tema II  | 1.ª Etapa |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | 2.ª Etapa |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | 3.ª Etapa |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 1   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 2   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 3   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 4   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 5   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 6   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| Tema III | 1.ª Etapa |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | 2.ª Etapa |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | 3.ª Etapa |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 1   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 2   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 3   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 4   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| Tema IV  | 1.ª Etapa |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 1   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 2   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 3   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| Tema V   | 1.ª Etapa |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | 2.ª Etapa |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | 3.ª Etapa |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|          | Activ 1   |       |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |

## CAPÍTULO IV – PLANO DE AVALIAÇÃO DO PROJECTO

Actualmente a avaliação é um processo cada vez mais necessário na medida em que contribui para melhorar uma grande variedade de problemas que afectam a nossa sociedade tais como a pobreza, o acesso à educação, a prestação de cuidados de saúde, bem como a distribuição de recursos (Fernandes, 2007).

A avaliação faz parte do quotidiano dos indivíduos tanto a nível pessoal como a nível profissional, e para o confirmar basta reflectir sobre o dia-a-dia de cada um de nós. Este tipo de avaliação é, evidentemente, de natureza informal, pois trata-se de uma avaliação que na maioria das vezes é insuficiente e insatisfatória, pois depende muito das experiências, saberes e concepções das pessoas e desta forma é influenciada pelas suas expectativas e preferências. A avaliação de natureza formal permite clarificar os critérios que estão na base de um dado juízo avaliativo o que possibilita o desenvolvimento de processos destinados a alcançar uma variedade de propósitos que são determinados de acordo com a escolha das estratégias, processos e procedimentos avaliativos a utilizar.

Todos os projectos de intervenção contêm necessariamente um plano de avaliação, que é elaborado de acordo com a estrutura do projecto e acompanhado de mecanismos de autocontrolo, que permitem de forma rigorosa, ir tomando conhecimento dos resultados e dos efeitos das actividades e deste modo corrigir os resultados e os efeitos negativos.

O plano de avaliação do presente projecto de intervenção tem como área problema o envelhecimento da população. Relativamente aos intervenientes no processo de avaliação este projecto terá em conta uma **auto-avaliação**, pois a avaliação será feita pela mesma equipa que a executa; e **avaliação interna**, sendo que a avaliação será realizada pelas pessoas responsáveis pelo projecto, mas com distanciamento da equipa de execução. Quanto à temporalidade serão realizadas 3 tipos de avaliação:

**Avaliação Diagnóstica** – pois serão realizadas reuniões junto da direcção do centro de dia para apresentar o projecto e verificar se este deve ou não ser implementado;

**Avaliação de Acompanhamento** – serão criados instrumentos de avaliação que se aplicará nas diferentes actividades, para desta forma de identificar elementos para melhorar aspectos negativos do projecto;

**Avaliação Final** – para medir os resultados e efeitos do projecto, e assim verificar se atingiu os objectivos inicialmente estabelecidos.

O âmbito de incidência da avaliação deste projecto é por objectivos, e os destinatários da avaliação são os utentes do centro de dia. Os suportes de recolha da avaliação são os questionários, observações e diários das actividades, as estratégias metodológicas são as análises pontuais, comparativas e prospectivas, e os produtos serão os relatórios, reuniões de debate, actas e base de dados.

Os indicadores de avaliação deste projecto são:

ADEQUABILIDADE – Verificar se os objectivos do projecto vão de encontro aos objectivos do centro de dia;

PERTINÊNCIA – Verificar se as actividades do projecto vão de encontro à estratégia definida para o centro de dia;

VIABILIDADE – Verificar quais foram as actividades previstas e quais foram as actividades realizadas;

EFICIÊNCIA – Objectivos atingidos/ Recursos utilizados; Actividades realizadas/ Recursos Utilizados; Objectivos atingidos/ Actividades realizadas; Recursos utilizados/ Recursos previstos;

EFICÁCIA – Actividades programadas/ Actividades realizadas; Objectivos planeados/ Objectivos realizados; Público-alvo previsto/ Público-alvo atingido;

## CAPÍTULO V – ORÇAMENTO GLOBAL DO PROJECTO

O presente projecto de intervenção apresenta diferentes temas que integram várias actividades. O ponto III – Plano de Actividades foram descritas as diferentes actividades e no final de cada tema foi apresentado o orçamento das actividades que estão associadas ao tema. Neste ponto, irei apresentar o orçamento global do projecto tenho como referencia os orçamentos realizados ao longo de cada tema.

| DESPESAS                |       | RECEITAS                             |       |
|-------------------------|-------|--------------------------------------|-------|
| ITEM                    | VALOR | ITEM                                 | VALOR |
| Materiais de escritório | 161€  | Inscrições para a visita             | 25€   |
| Produtos Alimentícios   | 20€   | Venda do Livro “Histórias de Vida”   | 1000€ |
|                         |       | Venda do Livro de Receitas Saudáveis | 100€  |
| TOTAL DE DESPESAS: 181€ |       | TOTAL DE RECEITAS: 1125€             |       |

No que diz respeito aos custos do projecto é importante referir que como o centro de dia tem verbas reduzidas, é necessário que as despesas com este projecto sejam mínimas. Não consta neste orçamento as despesas inerentes ao pessoal pois são os recursos humanos que fazem parte do centro de dia (animadora, auxiliar, coordenadora e voluntários). Relativamente às receitas, pretende-se angariar este dinheiro para o centro visto que um dos resultados do projecto é aumentar as verbas financeiras do centro.

## CONCLUSÃO REFLEXIVA

O envelhecimento da população idosa Portuguesa tem merecido especial atenção por parte de diferentes cientistas sociais que abordam este tema, evidenciando-se o facto de este fenómeno não poder ser encarado de uma forma isolada, sem termos em conta outros fenómenos sociais desencadeados pelo processo de industrialização e urbanização, responsáveis pela alteração dos valores e das tradições na nossa sociedade (Arroteia e Cardoso, s/d)

O debate em torno do envelhecimento e das respostas sociais de apoio aos cidadãos idosos, tem adquirido nos últimos tempos e, particularmente nas sociedades ocidentais, crescente actualidade e relevância. A elevada importância dada a esta temática deve-se à centralidade que este tema tem tido no discurso político e social e na proliferação de iniciativas mais ou menos visíveis e mediáticas que têm como preocupação central questões ligadas à velhice e ao apoio social. (Martins, s/d).

O envelhecimento é um processo complexo pois implica o envelhecimento biológico e social, ao qual cada indivíduo se ajusta do ponto de vista psicológico. Neste processo a adaptação implica a compensação de perdas através do recurso a novas estratégias de pensamento e a novas estratégias de resolução de problemas, que reflectem bem a experiência de vida de cada um. Os idosos não são um grupo de risco enquanto tal, mas podemos equacionar uma crescente vulnerabilidade que pode ser compensada de forma bem-sucedida, nomeadamente a partir de mudanças ambientais que reequilibrem a congruência entre o idoso e o ambiente, optimizando a adaptação (Paul e Fonseca, 2005).

Uma das formas de melhorar a qualidade de vida dos idosos passa pela animação de idosos. Segundo Cardoso (2008), a animação sócio-cultural para pessoas idosas deverá dotar este grupo com as capacidades para apreciar melhor a vida, criar e estabelecer objectivos, aprender e praticar técnicas de que necessitam para cuidar de si próprios, promover autonomia, conviver socialmente e aprender a lidar de forma positiva com as diferentes situações. Contudo, é fundamental analisar quais as actividades que os idosos mais se interessam, pois devem participar nas actividades de forma espontânea.

Deste modo, torna-se crucial que as instituições ou serviços que acolhem idosos incrementem nas suas instituições práticas de animação de idosos, para deste modo

promover o bem-estar físico, social, psicológico e espiritual no idoso. O projecto que ao longo deste trabalho fui apresentando, pretende precisamente contribuir para a melhoria das condições de vida dos idosos, e ser mais um trabalho que evidencie a importância das práticas de animação de idosos. Para além destes aspectos, visa também minimizar os diferentes problemas identificados ao longo do diagnóstico da situação, que remete para o reduzido número de utentes no centro, recursos financeiros reduzidos e a falta de motivação dos utentes em participar nas actividades. O projecto apresentado, baseia-se nestes problemas, e tem como objectivos principais solucioná-los, a partir do desenvolvimento de actividades que aumente o número de utentes no centro, que consequentemente melhore as condições financeiras da instituição, e que motive a participação dos utentes nas actividades.

Apesar de nos últimos tempos haver uma maior consciencialização para a importância da animação de idosos, existem ainda poucas instituições que realizam actividades a este nível. Espero que este projecto seja uma mais valia para o Centro de Dia dos Leões de Portugal, e consequentemente seja uma mais valia para os utentes do centro.



## 8. BIBLIOGRAFIA

- ARRODEIA, J. C. E CARDOSO, A. P. O. (s/d). O envelhecimento da população portuguesa: responsabilidade social e cidadania. *In Psychological*, nº 42 (2006)
- BARDIN, L. (2007). *Análise de Conteúdo*. Lisboa: Edições 70
- BERNET, J. T. (s/d). Conceito, discurso e universo da Animação Sociocultural. In: TRILLA, J. (2004). *Animação Sociocultural*. Instituto Piaget: Horizontes Pedagógicos.
- BOGDAN R. e BIKLEN, S. (1994). *Investigação Qualitativa em Educação*. Porto: Porto Editora
- CANÁRIO, R. (2000). *Educação de Adultos: Um Campo e uma Problemática*. Lisboa: Educa.
- CARDOSO, A. (2008). *Formação em Animação de Idosos*. Lisboa: Anjaf.
- FERNANDES, D. (2007). *Percursos e desafios da avaliação contemporânea. Síntese da lição a proferir no âmbito de provas de agregação*. Documento policopiado não publicado. Lisboa: Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação.
- FIICK, U. (2005). *Métodos Qualitativos na Investigação Científica*. Lisboa: Monitor.
- GUERRA, I. C. (2002). *Fundamentos e Processos de Uma Sociologia de Acção: Planeamento em Ciências Sociais*. Lisboa: Principia.
- JACOB, L. (2007). *Animação de Idosos*. Porto: Âmbar.
- LARRAZÁBAL, M. S. (s/d). A Figura e a Formação do Animador Sociocultural. In: TRILLA, J. (2004). *Animação Sociocultural*. Instituto Piaget: Horizontes Pedagógicos.

- MARTINS, R. M. L. (s/d). *Envelhecimento e Políticas Sociais*. (Documentos de Apoio do Curso de Animação de Idosos).
  
- OLIVEIRA, B. (2008). *Psicologia do Envelhecimento e do Idoso*. Porto: Livpsic.
  
- PAUL, C. & FONSECA, A. M. (2005). *Envelhecer em Portugal*. Lisboa: Climepsi Editores.
  
- SILVA, C. A. G. (2006). *Cursos de Educação Formação: Uma Estratégia de Certificação e Qualificação de Jovens*. Dissertação de Mestrado da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa.
  
- SILVA, L. F. (2001). *Acção Social na Área da Família*. Lisboa: Universidade Aberta.
  
- SILVA, M.G. (1997). *Métodos Activos*. Lisboa Companhia Nacional de Serviços.
  
- SIMÕES, A., LIMA, M. P., VIEIRA, C. M. C., FERREIRA, J. A., OLIVEIRA, A. L., ALCOFORADO, L., NETO, F. F. M., RUIZ, F., CARDOSO, A. P., FELIZARDO, S., E SOUSA, L. N. (2006). Promover o bem-estar dos idosos: Um estudo experimental. In: *Revista Psychologica*, n.º 42, pg. 115-131.
  
- SIMÕES, A. (1999). A educação dos idosos: uma tarefa prioritária. In: *Revista portuguesa de Educação*, vol 12, nº2.
  
- SIMÕES, A. (2006). *A Nova Velhice: Um novo público a educar*. Lisboa: Âmbar.
  
- ZIMERMAN, G. I. (2000). *Velhice: Aspectos Biopsicossociais*. Artmed Editora: São Paulo.

#### **SITES CONSULTADOS:**

- Jacob, L. (2002). *Sobre a Animação de Idosos*. Consultado em: 05/02/2009)
- URL: <http://www.socialgest.pt>.

- (s/a). (s/d). *Sporting Clube de Portugal*. (Consultado em: 10/02/2009) URL: [http://www.sporting.pt/GrupoSCP/GruposSociais/GrupoSCP\\_LeoesPortugal.asp](http://www.sporting.pt/GrupoSCP/GruposSociais/GrupoSCP_LeoesPortugal.asp)
- (s/a). (2007). *Leões de Portugal : Quem somos e o que fazemos*. (Consultado em: 10/02/2009) URL: <http://www.centenariosporting.com/index.php?content=3142>
- ANASC (2002), Estatuto do Animador Sociocultural. Consultado em 25/07/2009) URL: <http://anasc.no.sapo.pt/docs.htm>
- MEIRELES, A. C. (2008). *Envelhecimento Activo da Pessoa Idosa*. (Consultado em 12/09/2009) URL: [http://www.saudepublica.web.pt/TrabCatarina/EnvelhecimentoActivoIdoso\\_CMeireles.htm](http://www.saudepublica.web.pt/TrabCatarina/EnvelhecimentoActivoIdoso_CMeireles.htm)



LEÕES DE PORTUGAL

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SPORTINGUISTA IPSS

Pessoa Colectiva de Utilidade Pública – 50393634

Inscrição n.º 98 D.G.A.S.

## ESTATUTOS

### CAPÍTULO I

#### DA DENOMINAÇÃO, NATUREZA, SEDE, DURAÇÃO E FINS

##### Art. 1º

A associação denominada “Leões de Portugal – Associação de Solidariedade Sportinguista, IPSS” é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, com sede em Lisboa e domiciliada no Estádio José Alvalade, Rua Prof. Fernando da Fonseca, freguesia do Lumiar.

##### Art. 2º

1. A associação tem por fim a cooperação entre sócios e adeptos do Sporting Clube de Portugal, tendente a acções de solidariedade com o principal objectivo de:
  - a) Apoiar, auxiliar e incentivar os jovens Associados, em especial os que se encontrarem em situação de carência económica e/ou social;
  - b) Exercer acções de auxílio e acompanhamento social relativamente aos Associados idosos.
2. A associação poderá, também, promover acções de formação e informação cultural e social, através de colóquios e palestras.

##### Art. 3º

Serão, designadamente, exercidas quando possível e entre outras as seguintes acções:

##### 1. Quanto à juventude:

- a) De apoio e incentivo na área do ensino especialmente através da concessão de Prémios e Bolsas de Estudo, de harmonia com regulamento próprio;
- b) De contributo na valorização profissional, proporcionando, se possível, estágios no país e no estrangeiro, em especial recorrendo a organizações congéneres;
- c) Realização de palestras e colóquios subordinados a temas de interesse para a sua classe etária;
- d) Realização de concursos literários ou de outra índole cultural, de harmonia com regulamentos próprios.

##### 2. Quanto aos mais idosos:

- a) Utilização do Centro de Dia;
- b) Promoção de convívios como “festas de Natal”, organização de passeios e merendas;
- c) Organização de sessões de variedades, de cinema ou outras manifestações culturais;
- d) Amparo social na doença e em situações de isolamento;
- e) Concessão, quando possível, de auxílio financeiro através de Bolsas Sociais ou subsídios periódicos;
- f) Prestação de transportes, quando justificada a necessidade, nomeadamente para presenças em reuniões, espectáculos desportivos ou Assembleias do clube;
- g) Realização de palestras e colóquios subordinados a temas de interesse para a sua classe etária.

##### 3. As acções referidas no n.º 2 do artigo 2º poderão ser realizadas em cooperação com as Filiais, Delegações, Núcleos, Tertúlias e demais Organizações ligadas ao Sporting Clube de Portugal.





#### Art. 4º

A associação não pode intervir nem fazer-se representar ou tomar parte em manifestações ou outros actos de natureza política ou a que possa atribuir-se tal significado nem para tais actos ceder instalações suas.

### CAPÍTULO II DOS ASSOCIADOS

#### Art. 5º

1. Os associados podem ser pessoas singulares ou colectivas.
2. Podem ser associados singulares todos os sócios efectivos e sócios correspondentes do Sporting Clube de Portugal.
3. Poderá ser conferida a qualidade de associado a qualquer pessoa singular que, não sendo sócia, seja adepta do Sporting Clube de Portugal e partilhe dos seus ideais e valores.
4. Para efeitos do disposto no número anterior, a proposta de associado terá de ser sempre assinada pelo adepto proposto e por dois proponentes que sejam sócios do Sporting Clube de Portugal e dos "Leões de Portugal, IPSS".
5. Podem ser associados colectivos o Sporting Clube de Portugal e as suas Filiais, Delegações, Núcleos, tertúlias ou demais Organizações Sportinguistas situados quer no território nacional quer no estrangeiro.
6. Cada associado colectivo deverá designar uma pessoa singular como seu representante.

#### Art. 6º

Os associados revestirão as seguintes categorias:

- a) Efectivo – os que se proponham colaborar na realização dos fins dos "Leões de Portugal, IPSS", exercendo os seus direitos e cumprindo os seus deveres como associado;
- b) Beneméritos – os que através de donativos ou contributos contribuam significativamente para a realização dos fins da instituição (v. art.ºs 22 e 27).
- c) Honorários – os que, pelos serviços relevantes prestados aos "Leões de Portugal, IPSS", justifiquem tal distinção.

#### Art. 7º

1. Compete à Direcção deliberar sobre a admissão dos associados.
2. Cabe à Direcção propor a qualificação de sócios beneméritos e honorários, os quais serão designados em Assembleia Geral.

#### Art. 8º

São direitos dos associados:

- a) Participar nas reuniões da Assembleia Geral;
- b) Votar ou ser votado para os cargos sociais;
- c) Requerer a convocação da Assembleia Geral extraordinária, nos termos estatutários;

#### Art. 9º

1. São deveres dos associados:

- a) Pagar pontualmente as suas quotas, excepto tratando-se de associados honorários, os quais estão isentos;
- b) Honrar a associação e defender o seu prestígio;





- c) Observar as disposições estatutárias, os regulamentos e as deliberações dos corpos gerentes;
  - d) Desempenhar com zelo, dedicação e eficiência os cargos para que forem eleitos.
2. São razões de escusa para o exercício de cargos sociais a falta de saúde e a idade superior a 70 anos.

#### Art. 10º

1. Os associados que violem os deveres a que estão obrigados ficam sujeitos às seguintes sanções:
  - a) Repreensão;
  - b) Suspensão de direitos até 90 dias;
  - c) Exclusão.
2. Poderão ser excluídos os associados que ponham em causa a imagem da instituição ou que por actos dolosos prejudiquem gravemente a instituição, designadamente omitindo o pagamento das quotas por mais de dois anos consecutivos.
3. As sanções previstas nas alíneas a) e b) do n.º 1 são da competência da Direcção.
4. A exclusão é sanção da exclusiva competência da Assembleia Geral, sob proposta da Direcção.
5. A aplicação das sanções previstas no n.º 1 só se efectuará após audiência obrigatória do associado.
6. A suspensão de direitos não desobriga do pagamento da quota.

#### Art. 11º

1. Os associados efectivos só podem exercer os direitos referidos no artigo 8º se tiverem em dia o pagamento das suas quotas.
2. Os associados efectivos que tenham sido admitidos há menos de 6 meses não gozam dos direitos referidos nas alíneas b) e c) do artigo 8º, podendo participar nas reuniões da Assembleia Geral, mas sem direito a voto.
3. Não são elegíveis para os órgãos sociais os associados efectivos que, mediante processo judicial, tenham sido removidos dos cargos directivos da associação ou de outra instituição particular de solidariedade social, ou tenham sido declarados responsáveis por irregularidades cometidas no exercício das suas funções.

#### Art. 12º

Perdem a qualidade de associados:

- a) Os que pedirem a sua exoneração;
- b) Os que forem excluídos nos termos do n.º 2 do artigo 10º.

#### Art. 13º

O associado que, por qualquer forma, deixar de pertencer à associação não tem direito a reaver as quotizações que haja pago, sem prejuízo da sua responsabilidade por todas as prestações relativas ao tempo em que foi membro da associação.





### CAPÍTULO III DOS CORPOS E ÓRGÃOS SOCIAIS

#### SECÇÃO I DISPOSIÇÕES GERAIS

##### Art. 14º

São órgãos sociais dos “Leões de Portugal, IPSS” a Assembleia Geral, o Conselho Social, a Direcção e o Conselho Fiscal.

##### Art. 15º

O exercício de qualquer cargo nos órgãos sociais é gratuito, mas pode justificar-se o pagamento de despesas dele derivadas.

##### Art. 16º

A duração do mandato dos órgãos sociais é de três anos, devendo proceder-se à sua eleição no quarto trimestre do último ano de cada triénio.

##### Art. 17º

Os membros dos órgãos sociais só podem ser eleitos consecutivamente para dois mandatos em cada órgão, salvo se a Assembleia Geral reconhecer expressamente que é impossível ou inconveniente proceder à sua substituição.

##### Art. 18º

1. Os órgãos sociais são convocados pelos respectivos presidentes e só podem deliberar com a presença da maioria dos seus titulares.
2. As deliberações são tomadas por maioria de votos, tendo o presidente voto de qualidade.
3. As votações respeitantes a eleições dos órgãos sociais ou a assuntos de incidência pessoal dos seus membros serão feitas obrigatoriamente por escrutínio secreto.

##### Art. 19º

Os membros dos órgãos sociais não poderão votar em assuntos que directamente lhes digam respeito ou nos quais sejam interessados os respectivos cônjuges, ascendentes e descendentes deles ou dos cônjuges, e parentes ou afins até ao 3º grau da linha colateral.

##### Art. 20º

Serão sempre lavradas actas das reuniões de qualquer órgão da instituição, obrigatoriamente assinadas pelos membros presentes ou, quando respeitem a reuniões da Assembleia Geral ou do Conselho Social, pelos membros da respectiva mesa.

#### SECÇÃO II DA ASSEMBLEIA GERAL

##### Art. 21º

1. A Assembleia Geral é constituída por todos os associados admitidos há pelo menos seis meses, que tenham as suas quotas em dia e não se encontrem suspensos, podendo fazer-se representar por outro associado mediante procuração.





2. A Assembleia Geral é dirigida pela respectiva mesa, que se compõe de um presidente, um vice-presidente e um secretário.

#### Art. 22º

Compete à Assembleia Geral deliberar sobre todas as atribuições legais ou estatutárias, e necessariamente:

- a) Definir as linhas fundamentais de actuação da instituição;
- b) Apreciar e votar anualmente o orçamento e programa de acção para o exercício do ano seguinte, bem como o relatório e contas;
- c) Deliberar sobre alterações dos estatutos, extinção, cisão ou fusão da instituição, nos termos e condições fixados na lei;
- d) Fixar o montante da quota e a periodicidade do seu pagamento.
- e) Aprovar os sócios beneméritos e honorários, sob proposta da Direcção;

#### Art. 23º

1. A Assembleia Geral reunirá em sessões ordinárias e extraordinárias.
2. A Assembleia Geral reunirá ordinariamente:
  - a) No final de cada mandato, de harmonia com o disposto no artigo 16º, para eleição dos órgãos sociais;
  - b) Até trinta e um de Março de cada ano, para discussão e votação do relatório e contas da gerência do ano anterior;
  - c) Até quinze de Novembro de cada ano, para apreciação e votação do orçamento e programa de acção para o ano seguinte.
3. A Assembleia Geral reunirá em sessão extraordinária quando convocada pelo presidente da Mesa, a pedido da Direcção ou do Conselho Fiscal ou a requerimento de, pelo menos, um quinto dos associados em pleno gozo dos seus direitos.
4. As Assembleias só podem funcionar, em primeira convocação, com a presença de metade, pelo menos, dos associados. Em segunda convocação funcionarão meia hora depois se o aviso convocatório assim o determinar, com qualquer número de presenças.
5. As Assembleias serão convocadas com, pelo menos, quinze dias de antecedência, por meio de e-mail expedido para cada associado e de anúncio publicado em dois jornais de maior circulação na área de Lisboa, além do jornal "Sporting", bem como no site do Sporting/Leões de Portugal.

### SECÇÃO III DO CONSELHO SOCIAL

#### Art. 24º

Com funções consultivas da Direcção existirá um Conselho Social composto por um número ímpar total de associados, no mínimo sete e no máximo quinze, em pleno gozo dos seus direitos, presidido pela Mesa da Assembleia Geral.

#### Art. 25º

O Conselho Social reunirá sempre que o presidente da Mesa da Assembleia Geral o convocar, por sua iniciativa ou a pedido do presidente da Direcção.





## SECÇÃO IV DA DIRECÇÃO

### Art. 26º

1. A Direcção será constituída por um número ímpar de elementos, no mínimo três e no máximo sete, sendo um presidente, um a cinco vice-presidentes e um tesoureiro.
2. Haverá simultaneamente três suplentes que se tornarão efectivos à medida que se derem vagas na Direcção e pela ordem que tiverem sido eleitos.
3. NO caso de vacatura do cargo de presidente, será o mesmo preenchido pelo vice-presidente que vier a ser cooptado pelos restantes membros da Direcção.
4. O presidente será substituído nas suas faltas ou impedimentos pelo vice-presidente para o efeito por ele designado.

### Art. 27º

1. Compete à Direcção:
  - a) Garantir a efectivação dos fins da associação;
  - b) Elaborar anualmente e submeter ao parecer do Conselho Fiscal o relatório e contas de gerência, bem como o orçamento e programa de acção para o ano seguinte antes da sua apresentação em Assembleia Geral;
  - c) Assegurar a organização e o funcionamento dos serviços, bem como a escrituração dos livros;
  - d) Representar a associação em juízo ou fora dele;
  - e) Zelar pelo cumprimento da lei, dos estatutos e das deliberações dos órgãos sociais;
  - f) Aceitar doações e donativos de qualquer natureza.
  - g) Propor à Assembleia Geral a designação de sócios beneméritos e honorários.
2. A Direcção poderá constituir Comissões para o exercício de funções específicas, as quais poderão ser compostas por personalidades de reconhecido mérito, sob presidência da Direcção.

### Art. 28º

Compete especialmente ao presidente:

- a) Superintender na administração da associação, orientando e fiscalizando os serviços;
- b) Convocar e presidir às reuniões da Direcção, dirigindo os respectivos trabalhos;
- c) Representar a associação em juízo ou fora dele;
- d) Despachar os assuntos normais de expediente e outros que careçam de resolução urgente, sujeitando estes últimos à confirmação da Direcção, na sua primeira reunião;
- e) Convocar as reuniões da Direcção sempre que o entender conveniente e pelo menos uma vez em cada bimestre.

### Art. 29º

A associação obriga-se pela intervenção conjunta de dois directores devendo em matéria financeira ser obrigatória a intervenção ou do presidente ou do tesoureiro.



## CAPÍTULO V DISPOSIÇÕES FINAIS E TRANSITÓRIAS

### Art. 35º

A associação denominada “Leões de Portugal – Associação de Solidariedade Sportinguista, IPSS”, durará por tempo indeterminado.

### Art. 36º

Caso venha a ser deliberada a extinção da associação os patrimónios ou bens que nela existirem reverterão para a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa.

### Art. 37º

As alterações introduzidas pelos artigos 24º e 26º produzem efeito no primeiro acto eleitoral que se realizar posteriormente à publicação destes Estatutos.





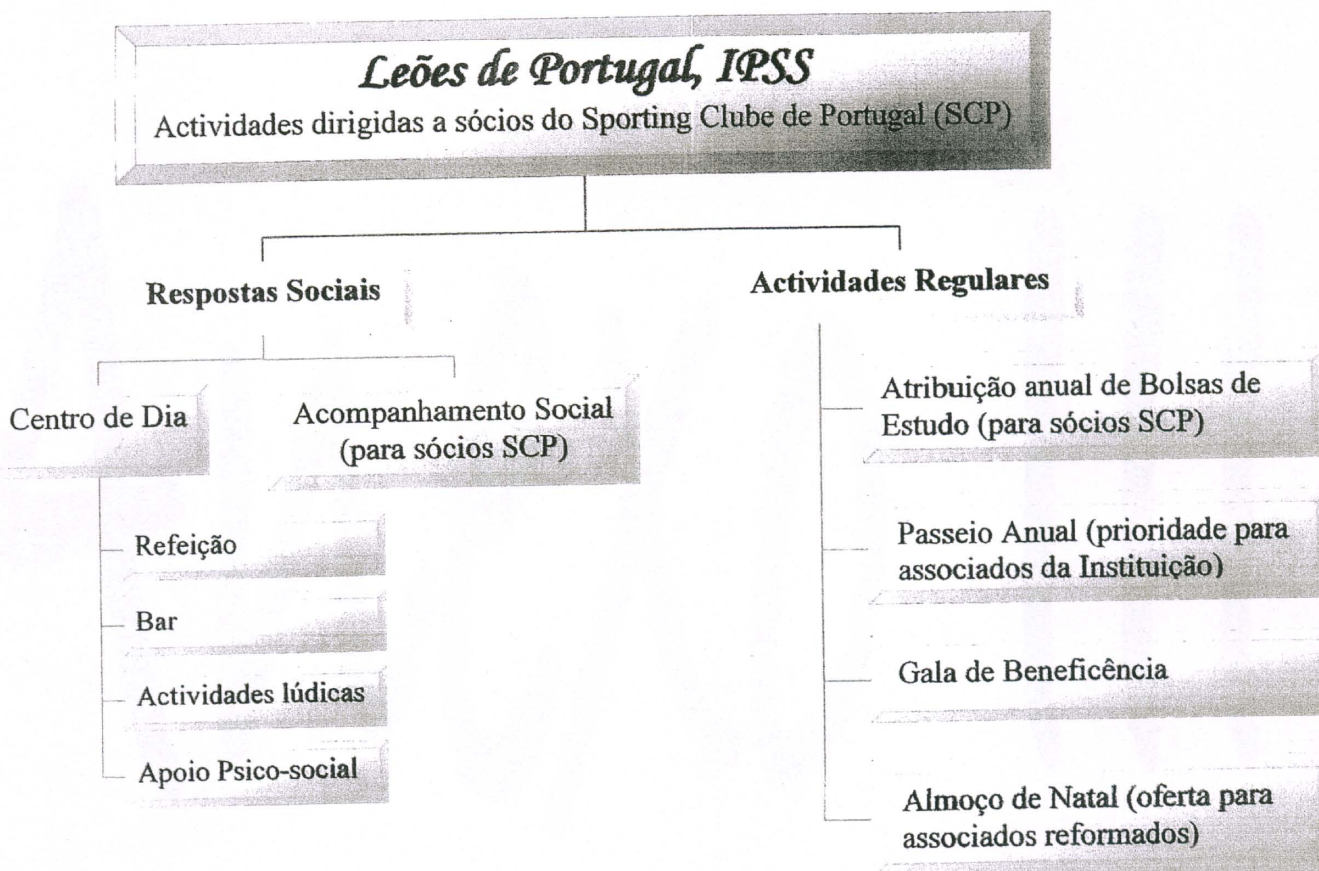
LEÕES DE PORTUGAL

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SPORTINGUISTA, IPSS

Pessoa Colectiva de Utilidade Pública – 503930644

Inscrição n.º 30/98 D.G.A.S.

## ACTIVIDADES E RESPOSTAS SOCIAIS





**LEÕES DE PORTUGAL**

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SPORTINGUISTA, IPSS

Pessoa Colectiva de Utilidade Pública – 503930644

Inscrição n.º 30/98 D.G.A.S.

## **Centro de Dia Leões de Portugal**

### **REGULAMENTO**

#### **CAPÍTULO I**

##### **DISPOSIÇÕES GERAIS**

###### **Artigo 1º**

(Definição e Natureza)

1. O Centro de Dia Leões de Portugal, doravante também designado por Estabelecimento, é uma estrutura aberta aos sócios do Sporting Clube de Portugal, adiante designado por Clube, que integra um conjunto de serviços e actividades que permitem às pessoas idosas o reforço dos seus laços familiares e sociais.
2. O Estabelecimento pode assumir-se também, nos mesmos moldes do número anterior, como uma sede polivalente de serviços colectivos para a comunidade em geral.
3. O Estabelecimento é uma estrutura sem fins lucrativos, dirigida pela Instituição Particular de Solidariedade Social Leões de Portugal – Associação de Solidariedade Sportinguista, doravante também designada por Instituição.

###### **Artigo 2º**

(Localização)

O Estabelecimento localiza-se no Estádio José Alvalade, do Sporting Clube de Portugal, inserido no complexo Alvalade XXI.

###### **Artigo 3º**

(População Alvo)

1. A população alvo deste Estabelecimento, definida nos termos do número 1 do artigo 1º, é constituída, prioritariamente, pelos sócios idosos do Sporting Clube de Portugal, cujas necessidades possam encontrar resposta no âmbito das actividades e serviços aí desenvolvidos.
2. Podem também frequentar o Estabelecimento outras pessoas, desde que obedeçam aos critérios de admissão estabelecidos pela Instituição e sempre que tal se justifique.





# LEÕES DE PORTUGAL

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SPORTINGUISTA, IPSS

Pessoa Colectiva de Utilidade Pública – 503930644

Inscrição n.º 30/98 D.G.A.S.

## Artigo 4º

(Âmbito de actuação)

A actuação do Estabelecimento é condicionada pela natural delimitação dos associados a nível da sua acessibilidade às instalações e pela delimitação da área geográfica de actuação da Instituição.

## Artigo 5º

(Objectivos)

São objectivos do Centro de Dia Leões de Portugal:

1. Proporcionar aos utentes um conjunto de actividades e serviços que permitam prevenir e retardar os efeitos do envelhecimento e promover a sua autonomia e a melhoria da sua qualidade de vida através da:
  - Prestação de serviços que satisfaçam as necessidades básicas;
  - Prestação de apoio psico-social;
  - Promoção de actividades de natureza recreativa, cultural ou artística;
  - Promoção das relações interpessoais;
  - Promoção do intercâmbio de gerações.
2. Combater a solidão e isolamento da população utente.
3. Para os efeitos previstos nos números anteriores, cumpre ao Estabelecimento informar a população a que se refere o número 1 do artigo 3º sobre o âmbito da sua actuação.

## CAPÍTULO II

### ADMISSÃO DE UTENTES

## Artigo 6º

(Pedido)

1. O pedido de admissão pode ser dirigido directamente ao Estabelecimento pelo candidato ou pelos técnicos de Acção Social Local, autarquias e quaisquer outras Instituições/Entidades e Serviços.
2. Após a recepção do pedido deve ser instruído um Processo de Admissão, do qual devem constar, obrigatoriamente, os documentos que a Instituição considerar necessários para proceder à apreciação do mesmo.





# LEÕES DE PORTUGAL

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SPORTINGUISTA, IPSS

Pessoa Colectiva de Utilidade Pública – 503930644

Inscrição n.º 30/98 D.G.A.S.

## Artigo 7º

(Critérios)

1. A admissão rege-se por critérios definidos pela Instituição, decorrentes da legislação vigente e de directivas e orientações existentes para esse efeito, emitidas pelas Entidades que tutelam o mesmo tipo de estruturas, e articulados com os objectivos por aquela prosseguidos.
2. A admissão é reservada aos sócios do Sporting Clube de Portugal, de acordo com o disposto no n.º 1 do artigo 3º.
3. Sem prejuízo do disposto no número anterior, poderão ser admitidos candidatos não sócios do Clube em situações extraordinárias, designadamente, quando se trate de cônjuges de sócios admitidos ou em vias de admissão no Estabelecimento ou quando se trate de situações encaminhadas por técnicos de Acção Social.
4. A admissão passará sempre por uma apreciação da situação sócio-económica e familiar do candidato.

## Artigo 8º

(Admissão prioritária)

A admissão é prioritária sempre que o candidato se encontre em situação de precariedade e/ou risco de acelerar ou degradar o processo de envelhecimento, designadamente quando ocorram situações de isolamento, desajustamento familiar, social e/ou insuficiência económica.

## Artigo 9º

(Processo de admissão)

1. A admissão é sempre precedida de uma entrevista ao candidato e, eventualmente, de uma visita domiciliária realizadas pelo técnico responsável pelo Estabelecimento.
2. Com a admissão, deve o candidato ser informado do regulamento interno do Estabelecimento e assinar uma declaração de aceitação das condições nele expressas.
3. Após a admissão, deve ser constituído um Processo Individual para cada utente, que deverá estar sempre actualizado.
4. Uma vez admitidos, os utentes, à excepção dos previstos no n.º 3 do artigo 7º, tornar-se-ão associados da Instituição, o que comporta o pagamento de uma quota anual, decidida e aprovada em Assembleia Geral dos Leões de Portugal – Associação de Solidariedade Sportinguista, IPSS.



**LEÕES DE PORTUGAL**

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SPORTINGUISTA, IPSS

Pessoa Colectiva de Utilidade Pública – 503930644

Inscrição n.º 30/98 D.G.A.S.

### CAPÍTULO III

#### ORGANIZAÇÃO E FUNCIONAMENTO

##### Artigo 10º

(Direcção)

A direcção técnica do Estabelecimento é da responsabilidade de um técnico com formação na área das ciências sociais e humanas, sempre em cumprimento das orientações da Direcção dos Leões de Portugal – Associação de Solidariedade Sportinguista, IPSS.

##### Artigo 11º

(Instalações)

O Estabelecimento é composto de várias áreas funcionais, a fim de dar resposta adequada ao conjunto de actividades e serviços aí desenvolvidos:

- Área técnica e administrativa: recepção, sala do técnico responsável, sala de reuniões;
- Área de refeições: bar, refeitório, copa seca, copa limpa, despensa;
- Área lúdica, para convívio e desenvolvimento das diversas actividades: sala de leitura, sala de convívio, biblioteca;
- Área de higiene: instalações sanitárias diferenciadas para utentes e funcionários.

##### Artigo 12º

(Serviços)

1. O Centro de Dia Leões de Portugal disponibiliza os seguintes serviços:
  - a) Refeições: almoço e lanche;
  - b) Bar;
  - c) Jogos.
2. As refeições serão fornecidas em sistema de *outsourcing*.
3. Os serviços são comparticipados de acordo com os critérios definidos pela Instituição, com base nas directivas e orientações das Entidades tutelares, conforme indicado no Anexo I.





# LEÕES DE PORTUGAL

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SPORTINGUISTA, IPSS

Pessoa Colectiva de Utilidade Pública – 503930644

Inscrição n.º 30/98 D.G.A.S.

## Artigo 13º

(Actividades)

1. O Estabelecimento proporciona actividades de carácter recreativo, cultural, informativo e artístico, a fim de proporcionar uma convivência saudável e participativa, conforme os interesses e necessidades dos utentes.
2. Essas actividades poderão ser:
  - a) Ateliers;
  - b) Ginástica;
  - c) Leitura;
  - d) Actividades musicais;
  - e) Jogos de mesa, raciocínio e/ou movimento;
  - f) Passeios, visitas culturais;
  - g) Sessões de informação, prevenção e sensibilização sobre várias temáticas, com especial incidência na área da Saúde, conferências;
  - h) Férias em grupo;
  - i) Outras.
3. Os utentes poderão também organizar-se e desenvolver actividades que, para além do seu carácter lúdico, proporcionem alguns proventos e cuja gestão será feita pelos próprios em articulação com o técnico responsável pelo Estabelecimento.
4. Sem prejuízo do disposto no número anterior, não são permitidos quaisquer tipo de jogos de fortuna ou azar que visem alcançar proveitos próprios.

## Artigo 14º

(Horários)

1. O Estabelecimento funciona em regime diurno, das 10 às 17,30 horas, de 2ª a 6ª feira.
2. O período de almoço decorre entre as 12.30 e as 13.30 horas e o período de lanche entre as 16 e as 17 horas.
3. O Bar funciona durante o horário afixado no Estabelecimento.
4. Nos dias em que se disputem jogos de futebol no Estádio José Alvalade, o Estabelecimento encerrará sempre que o seu horário de funcionamento coincidir com a hora dos mesmos.





**Artigo 15º**

(Encerramento)

O Estabelecimento poderá encerrar durante um mês, a designar pela Instituição todos os anos.

**Artigo 16º**

(Recursos Humanos)

1. Os funcionários do Centro de Dia Leões de Portugal são admitidos tendo em conta as características, dinâmica e capacidades do Estabelecimento e dos utentes.
2. Fará parte do quadro de pessoal do Estabelecimento, obrigatoriamente, um director técnico responsável pela sua organização e funcionamento, um técnico de serviço social quando o director técnico não o seja, um assistente administrativo, um ajudante de Centro de Dia e os restantes trabalhadores necessários ao eficaz funcionamento dos serviços e das actividades disponibilizados.
3. Os recursos humanos necessários ao fornecimento das refeições serão da total responsabilidade da empresa que proporcionará esse serviço.

**CAPÍTULO IV**

**DIREITOS E DEVERES DOS UTENTES**

**Artigo 17º**

(Direitos dos utentes)

Os utentes do Centro de Dia Leões de Portugal têm, designadamente, direito a:

- a) Usufruírem dos serviços prestados de acordo com as suas necessidades;
- b) Participarem nas actividades de acordo com os seus interesses e capacidades, tanto a nível da organização como da realização e avaliação;
- c) Serem respeitados na sua individualidade e privacidade;
- d) Pronunciarem-se sobre a organização e o funcionamento do Estabelecimento.

**Artigo 18º**

(Deveres dos utentes)

Os utentes do Centro de Dia Leões de Portugal têm, designadamente, o dever de:

- a) Cumprir as regras expressas no regulamento;





## **CAPÍTULO VI**

### **DIREITOS E DEVERES DA INSTITUIÇÃO**

#### **Artigo 21º**

(Direitos da Instituição)

A Instituição tem, designadamente, direito a:

- a) Exigir uma comparticipação financeira aos utentes pelos serviços prestados, calculada com base em critérios definidos pelas Entidades tutelares e a ser paga mensalmente;
- b) Vedar o acesso ao Centro de Dia aos utentes que falem ao pagamento das comparticipações mensais, quando se revele não ser possível a resolução da situação após a intervenção e parecer do técnico responsável pelo Estabelecimento;
- c) Actuar em situações de conflito da forma que considerar mais adequada à preservação do bem-estar dos utentes e dos funcionários, bem como do espaço e dos equipamentos do Estabelecimento;
- d) Vedar o acesso ao Estabelecimento aos utentes que provoquem ou se envolvam em situações de conflito de forma repetida.

#### **Artigo 22º**

(Deveres da Instituição)

São deveres da Instituição, designadamente:

- a) Atribuir prioridade na admissão a candidatos social e economicamente mais desfavorecidos;
- b) Assegurar aos utentes condições de livre expressão da sua vontade relativamente à sua admissão e frequência no Estabelecimento;
- c) Respeitar as orientações emitidas pelas Entidades tutelares;
- d) Assegurar as condições de bem-estar dos utentes e o respeito pela sua dignidade humana através da prestação de serviços eficientes e adequados;
- e) Promover a participação dos utentes na vida do Estabelecimento;
- f) Assegurar a existência dos recursos humanos adequados ao bom funcionamento do Estabelecimento;
- g) Articular, se possível e necessário, a sua actuação com outros Serviços e/ou Instituições.



**LEÕES DE PORTUGAL**

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SPORTINGUISTA, IPSS

Pessoa Colectiva de Utilidade Pública – 503930644

Inscrição n.º 30/98 D.G.A.S.

## **CAPÍTULO VII**

### **DIREITOS E DEVERES DOS FUNCIONÁRIOS**

#### **Artigo 23º**

(Relações laborais)

Nas relações laborais entre os funcionários e a Instituição aplica-se a lei geral do país.

#### **Artigo 24º**

(Direitos específicos)

Os funcionários têm, designadamente, direito a:

- a) Vestuário adequado ao desempenho das suas funções, providenciado pela Instituição;
- b) Serem respeitados na sua individualidade e privacidade.

#### **Artigo 25º**

(Deveres específicos)

São deveres dos funcionários, designadamente:

- a) Estar identificado e usar o vestuário adequado ao desempenho das suas funções, providenciado pela Instituição;
- b) Tratar todos os utentes e visitantes com urbanidade e respeitá-los na sua individualidade e privacidade;
- c) Assegurar a manutenção e higiene do espaço do Estabelecimento;
- d) Assegurar o bom funcionamento do Estabelecimento, nomeadamente intervir em situações de conflito.

## **CAPÍTULO VIII**

### **DISPOSIÇÕES FINAIS**

#### **Artigo 26º**

(Comparticipação)

A participação financeira a ser paga pelos utentes em função dos serviços prestados deve ser liquidada mensalmente, até ao dia 5 do mês a que respeite.





## LEÕES DE PORTUGAL

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SPORTINGUISTA, IPSS

Pessoa Colectiva de Utilidade Pública – 503930644

Inscrição n.º 30/98 D.G.A.S.

### Artigo 27º

(Seguros)

A Instituição não é responsável por qualquer acidente que venha a ocorrer com os utentes no decurso normal das actividades ou serviços do Estabelecimento, designadamente no que respeita ao pagamento de indemnizações atinentes a seguros.

### Artigo 28º

(Interpretação e aplicação do Regulamento)

As dúvidas que se suscitarem na interpretação e aplicação do presente Regulamento serão resolvidas pela Direcção dos Leões de Portugal – Associação de Solidariedade SportinguiSTA, IPSS, em conformidade com as directivas e normas emitidas pelas Entidades tutelares, depois de consultado o técnico responsável pelo Estabelecimento.



LEÕES DE PORTUGAL

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SPORTINGUISTA, IPSS

Pessoa Colectiva de Utilidade Pública – 503930644

Inscrição n.º 30/98 D.G.A.S.

## Centro de Dia Leões de Portugal

### REGULAMENTO

#### ANEXO I

##### COMPARTICIPAÇÕES FAMILIARES

A **comparticipação familiar** é o valor devido pelo utente mensalmente pela frequência do Centro de Dia e por actividades e serviços de que beneficie.

É determinada pela aplicação de uma percentagem sobre o rendimento “per capita” do agregado familiar, percentagem essa que, em cumprimento das directivas oficiais, poderá ir até um máximo de 40 %.

O **agregado familiar** é o conjunto de pessoas ligadas entre si por vínculos de parentesco, casamento, afinidade ou outras situações, que vivam em economia comum.

O **rendimento per capita ou capitação** é a soma de todos os rendimentos ilíquidos de cada elemento do agregado familiar, dividido pelo n.º de elementos desse agregado, depois de descontadas as seguintes despesas fixas:

- Taxas e impostos necessários à formação do rendimento líquido (designadamente IRS e Taxa Social Única);
- Renda de casa ou prestação mensal devida pela aquisição de habitação própria;
- Aquisição de medicamentos de uso continuado em caso de doença crónica

##### Cálculo do rendimento per capita / capitação

Este valor é obtido por aplicação da seguinte fórmula:

$$C = \frac{R - D}{N}$$

Em que:

C = capitação / valor do rendimento per capita

D = valor das despesas fixas

R = rendimento do agregado familiar

N = n.º de elementos do agregado familiar





## **LEÕES DE PORTUGAL**

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SPORTINGUISTA, IPSS

Pessoa Colectiva de Utilidade Pública – 503930644

Inscrição n.º 30/98 D.G.A.S.

### **Prova de Rendimento e Despesas**

A prova dos rendimentos declarados será feita mediante a apresentação de documentos comprovativos, designadamente de natureza fiscal.

A prova das despesas fixas será feita mediante apresentação de documentos comprovativos dos últimos 3 meses.

### **Revisão da comparticipação familiar**

A comparticipação familiar será revista anualmente, no início de cada ano civil, tendo em consideração, designadamente, as alterações verificadas nos rendimentos.

### **Redução da comparticipação familiar**

A comparticipação familiar mensal será alvo de uma redução de 20% sempre que mais do que um elemento do agregado familiar frequente o Centro de Dia Leões de Portugal.

Haverá lugar a uma redução de 25% na comparticipação familiar mensal nos seguintes casos:

- Quando o Estabelecimento não forneça alimentação ou o utente não usufrua das refeições fornecidas pelo mesmo;
- Quando o período de ausência, mesmo devidamente justificada, exceda 15 dias não interpolados.



Centro de Dia  
Actividades  
Março de 2009





Terças-feiras e Quintas-feiras - 12h

“Toca a mexer” – Movimentos



Terças-feiras, Quartas-feiras e Quinta-feira

Expressão Plástica - 14h



Quinta – feira – 5 de Março- Visita ao Museu da Marinha

Belém - 14h30m



Saída do Centro: 14h



Terça-feira – 10 de Março – 14.30

Comemorar o Dia Internacional da Mulher

Centro de Dia



Palestra sobre segurança com o apoio da

Polícia de Segurança Pública

Em data a confirmar.



Terça-feira - 24 de Março – 14h30m

Passeio de Primavera.

Parque das Conchas



Terça-feira – 31 de Março – 15h

Aniversários do Mês

Lanche





## Entrevista: Director(a)/ Coordenador(a) da Instituição

**Tema:** “Leões de Portugal – Associação de Solidariedade Sportinguista, IPSS”

### Objectivos Gerais:

- ✎ Reconhecer quais as práticas da Instituição “Leões de Portugal”;
- ✎ Conhecer o perfil dos funcionários da Instituição;
- ✎ Caracterizar a população idosa que frequenta o centro de dia.

| Blocos  | Objectivos  | Questões  | Observações                   |
|---|---|---|-------------------------------|
| <b>A</b><br><br>A legitimação da entrevista                     | <ul style="list-style-type: none"><li>◦ Informar o entrevistado acerca da entrevista</li><li>◦ Motivar o entrevistado</li><li>◦ Garantir a confidencialidade</li><li>◦ Pedir permissão para gravar a entrevista</li></ul> |   |                               |
| <b>B</b><br><br>Caracterização da Instituição                   | Conhecer a História da Instituição “Leões de Portugal”.   | Como surgiu a instituição “Leões de Portugal”?<br><br>Quais as valências desta Instituição? | (Ano, com que finalidade,...) |
| <b>C</b><br><br>Caracterização do Centro de Dia da Instituição. | Compreender o funcionamento do centro de dia.   | Qual o Horário de funcionamento do centro de dia?<br><br>Existe um plano de actividades?    |                               |

| Blocos  | Objectivos  | Questões  | Observações                          |
|---|---|---|--------------------------------------|
| <b>C</b><br>Caracterização do<br>Centro de Dia da<br>Instituição. | Conhecer o tipo de<br>práticas que são<br>desenvolvidas no<br>Centro de dia da<br>Instituição “Leões de<br>Portugal”. | Que tipo de práticas/<br>Actividades são<br>desenvolvidas no<br>centro de dia?<br><br>Quando é que são<br>desenvolvidas essas<br>actividades?                                 | (semanalmente,<br>diariamente, ...)  |
|   | Conhecer o perfil do<br>público-alvo.   | Quantos idosos<br>frequentam o centro de<br>dia?<br><br>Qual o perfil dos<br>idosos que frequentam<br>o centro de dia?  | (idade; sexo; grau<br>académico,...) |
|   | Conhecer o interesse<br>dos idosos pelas<br>actividades.  | Os idosos mostram<br>interesse em participar<br>nas actividades? Quais<br>as actividades que<br>estes mostram mais<br>interesse e quais as que<br>mostram menos<br>interesse? |                                      |

## **ENTREVISTA AO DIRECTOR/A DO CENTRO DE DIA “LEÕES DE PORTUGAL”**

### **Como surgiu a instituição “Leões de Portugal”?**

É assim muito resumidamente... houve um sócio do Sporting que teve a ideia dos leões de Portugal, que faleceu no início deste ano de 2009 (José Asche), que nós homenageamos e colocamos ali a placa... ele era Judeu, e tinha possivelmente já uma perspectiva de ajudar os outros, não sei... a verdade é que ele achou que poderia juntar um grupo de Sportinguistas e começar a ajudar alguns sócios mais carenciados, antigos jogadores, e dar algum apoio presencial e às vezes, e até económico para ajudar a comprar medicamentos, enfim... e começou assim, ele transmitiu esta ideia a alguns sócios que conhecia, e chamou as pessoas para casa dele e começou a fazer reuniões em casa dele, e podemos considerar que a primeira sede do grupo, porque podemos considerar um grupo, foi na casa dele, começou a haver reuniões, começou a ter contornos mais organizados, depois começou-se a falar do Sporting até que se constituiu como Grupo Solidieriedade Sportinguinta. O Sporting possui 3 grupos: o grupo dos cinquentenários que é dos sócios que já fizeram cinquenta anos de sócios; o grupo Stomp, grupo em que só entram homens por enquanto, ainda não foi alterado, e que as pessoas que entram não escolhem entrar, são escolhidos pelos que já lá estão dentro, digamos que são um grupo de elite, e depois eram os Leões de Portugal que surgiram entretanto, com essa ideia, que não começou logo com isso, começou por fazer conferencias de informação aos sócios, palestras de informática, começaram logo em 85 com bolsas de estudo, começaram com poucos, se não me engano 3 para jovens sócios do Sporting, qualquer pessoa se podia candidatar... e inicialmente foi isso, palestras, visitas à casa dos sócios mais isolados, para terem conhecimento teria que ser sempre através de outras pessoas, depois que o grupo se foi constituindo e alargando as suas actividades, as pessoas começaram a saber, e a escrever as suas cartas e a pedir o apoio do grupo. Eram sempre coisas informais, isto é, era constituído por um grupo de pessoas, que se juntaram, que fundaram, que tinham reuniões, que tinham a maior das boas intenções, mas não era uma coisa muito formalizada, no Sporting até mais ou menos era, mas não tinha sede, tinha reuniões da casa do Dr. (José Asche), não era uma

instituição de solidariedade, até 1997, porque um pouco antes disso começou-se a pensar que se poderia constituir como uma IPSS, porque tinha mais ou menos esses contornos, e começaram a tratar disso, pois demora algum tempo, até que em 1997 foram constituídos estatutos, foi reconhecida a sua utilidade pública, e ficou registada então como IPSS, com a designação que tem actualmente, só desde 1997 é que é IPSS. Posso dizer pelo que eu li, e pelo que as pessoas que estão cá há mais anos me contaram é que a ideia do Centro de dia surgiu em 89, mas concretizou-se apenas em 2004, mas eles começaram... as movimentações do Leões de Portugal também era no apoio às pessoas com mais... começou com o apoio a pessoas mais idosas, com mais dificuldade de mobilidade, e depois alargou-se aos estudantes com a entrega de bolsas, e isso continua a ser até hoje os dois focos, os dois pólos sempre foi a terceira idade e jovens. Aos idosos o apoio é a partir de visitas, e os passeios, começaram desde muito cedo a fazer passeios, inicialmente a acompanhar a equipa aos jogos fora, e depois outro género de passeios fora, e os passeios anuais, este ano ainda só conseguimos fazer 1, o ano passado fizemos 2, mas depende muito da actividade da instituição, não é fácil, e um almoço de Natal, oferta aos associados, que eu não sei desde quando começou a ser feito, mas acho que foi no início também da instituição, do grupo, e depois ficou tradição. Todos os anos se faz um almoço para os associados, com uma determinada lotação, claro. O passeio é pago, mas tentamos sempre que seja o custo o mais reduzido possível. A partir do momento em que se constituiu o centro de dia, começou a trabalhar o projecto desde 1998, as candidaturas foram feitas em 98, com um projecto de remodelação na altura ainda no estádio de Alvalade antigo, portanto começou ainda no estádio de Alvalade antigo... com um espaço um pouco menor que este, mas não muito menor. Depois com a questão do euro 2004, e quando o Sporting decidiu realizar um novo estádio, naturalmente que foi falado com o Sporting, e ficou decidido que haveria um novo espaço no Sporting para o centro de dia. Mas entretanto já tinha sido aprovado o projecto inicial, e tinha já sido feito um financiamento de 40 mil euros, para o imobiliário... tivemos alguns problemas por causa das instalações do novo estádio mas, conseguimos fazer isso, e obtivemos financiamento para o centro de dia, e em 2004 a 15 de Novembro... e iniciamos a actividade a 2 de Dezembro, e a partir daí estamos a funcionar.

### **Quais as valências dos Leões de Portugal?**

É o centro de dia, para já é o centro de dia. Depois há outras respostas... mas valência é só o centro de dia. Eu penso que, e isto não foi dito, é uma especulação minha, que a questão de se registar o grupo como IPSS, já foi no sentido de ir ao encontro da ideia de fazer o centro de dia... E pronto hoje em dia é a valência que temos, com a perspectiva de ter outra, o Apoio Domiciliário... depois vamos ter que ter uma carrinha, vamos ter que ter pessoal... *mas isso é uma mais valia para o centro de dia, pois se calhar há muito sócios que ainda não conhecem o centro de dia...* infelizmente isso ainda acontece, mas eu acho que isso não é muito justificável, pois nós fazemos divulgação, e continuamos a tentar, eu entreguei um projecto de divulgação institucional à direcção e aos poucos vamos chegando lá... nós já fizemos um mailing geral aos sócios através do Sporting, por isso todos os sócios, podem não ter ligado nenhuma, podem não ter ligado nenhuma, mas todos os sócios até aquela data em que foi feito o mailing receberam informações sobre os leões de Portugal, informamos os sócios da inauguração do centro de dia, já tivemos na tv inúmeras vezes inclusive na praça da alegria num directo, somos falados na rádio, e aparecemos em vários jornais... A questão é, como nós estamos ligados a um grande clube, ao aparecer qualquer coisa relacionado com o Sporting, as pessoas não conseguem assimilar de outra forma... porque tudo o que é desporto e essencialmente futebol o que cria muita fanatismo, ou se não quisermos exagerar, cria muito... Bom, nós continuamos a fazer a divulgação que temos prevista, que passa divulgação em todos os jogos da Liga Portuguesa, embora isso às vezes também é um risco, porque as pessoas já desligam. Depois a nossa ideia é fazermos também o folheto, que seja suplemento ao jornal dos Leões, que sai de 2 em 2 meses para também não correr esse risco de cansar... mas a verdade é que ainda há muitas pessoas que preferem estar em casa, e se calhar é por isso que depois o Apoio Domiciliário poderá ser uma mais valia... sim há, e não só, porque depois há um grande estigma do centro de dia, porque as pessoas que não quiseram vir para o centro de dia... porque passou a ser esses estigma, porque o centro de dia nunca foi aquele centro, como nós conhecemos com mais pessoas dependentes e tal, nunca foi essa a definição de centro de dia. Mas é obvio que aquelas pessoas que ainda estão em casa e não precisam de ir para o lar, mas ao

mesmo tempo também tem algumas dependências, elas também tem que ter um sítio para onde ir para as famílias ficarem descansadas, porque trabalham e como é que podem dar resposta, e por isso nós temos aqui uma população heterogenia, com algumas pessoas dependentes as quais nós não quisemos dizer que não, mas não podemos ter muitas, e há pouco tempo eu tive que dizer “eu não tenho capacidade”, porque para já nós também não queremos tornar isto num centro só para dependentes, porque temos que ter consciência que outras pessoas também querem sair de sua casa, que não estão dependentes mas estão isoladas e sozinhas, e que também precisam de um espaço, e se nos tornarmos isto um espaço para pessoas mais dependentes, ou se começarmos a admitir muitas pessoas dependentes, as pessoas não se iram sentir bem, tem que haver aqui um equilíbrio, à que gerir esse equilíbrio... *porque é um grupo realmente muito heterogenia...* sim... *porque depois também há aquele estereotipo que o Cento de Dia do Sporting devem ser só pessoas com elevado poder económico...* que só temos pessoas de topo, muito pelo contrário, também temos mas é uma minoria. Nós temos várias pessoas que não tem capacidade financeira. No fundo o que nós queremos que as pessoas percebam aqui dentro, é que isto é um clube dentro de um clube, porque a ideia não é um centro de dia típico... isto é, não é típico, que se gerou, porque a ideia de centro de dia sempre foi esta, mas que se gerou devido aos facto de as pessoas mais dependentes necessitarem de um espaço. A ideia é que as pessoas que estão bem, não vem para aqui para estar paradas, muito pelo contrário nós damos materiais para eles se movimentarem, e puxamos por eles, mas eles é que não querem, porque não se deve parar, não é porque se envelheceu que se deve parar, agora concertesa que há pessoas que trabalharam muito na sua vida e querem estar um pouco mais descansadas, mas o nosso organismo, quer a nível cerebral quer a nível fisiológico, não deve e não pode parar porque corre o risco de “emperar”, e o nosso organismo é assim tem que se manter em movimento, tem que funcionar tem que... nós temos a possibilidade de integrar as aulas de ginástica do Sporting, mas desistimos porque eles de facto são muito preguiçosos... porque eles põem na cabeça que já não conseguem mudar e não fazem nada para mudar... *mas por exemplo, eu reparei com um dos utentes gosta muito de estar a mexer no pc...* sim, e eu estou a tentar criar algumas condições para criar aqui aulas de informática para os utentes, porque eles aqui há uns tempos eram muito

sépticas com os pc, mas ao verem as possibilidades, ao verem as fotografias, ou ao verem que aquilo é muito mais que uma coisa só para escrever, eles começaram a ter interesse, mas preciso primeiro de criar as condições para que haja pelo menos 1 pc para cada 2 pessoas, para que todos possam aprender e trabalhar.

### **Qual o Horário de funcionamento do centro de dia?**

Funciona das 10h às 17h30. Esse horário foi definido um pouco pela frequência que tínhamos, inicialmente até era mais alargado mas não se justifica... *porque eles tem a rotina deles...* exactamente, eles tem a rotina deles, a partir das 16h30 já não está cá ninguém, as 16h30 é a hora do lanche, quando ficam para o lanche, a não ser que acha uma actividade especifica durante a tarde e ai eles ficam, mas mesmo assim eles já ficam em stress quando começa a passar a hora de eles irem apanhar a carreira e não sei que, porque são pessoas mais velhas gostam de estar a noite em casa, e para além disso tem horários específicos, porque algumas pessoas são de fora, não são pessoas da freguesia como na maioria dos centros de dia, e essa é uma das dificuldades também no apoio domiciliário... nos vamos ter que pensar muito bem qual vai ser a nossa área geográfica. Um apoio domiciliário da freguesia, a área geográfica é delimitada pelo limite da freguesia... mas para nós não é assim tão fácil, porque nós trabalhamos para sócios, vamos sempre alargar á comunidade porque já percebemos que só com os sócios, isto não está a resultar muito bem, e até mesmo no centro de dia tivemos que alargar, esta previsto uma abertura à comunidade com encaminhamento, acção social... *não são só os sócios então?*... não, não são só sócios, agora são é todos sócios dos Leões, porque é assim, eles viam encaminhados, vinham encaminhados não eram sócios do Sporting, não eram sócios do Sporting, não podiam ser sócios dos Leões, mas como nós entretanto modificamos os estatutos já é possível ser sócio dos Leões sem ser sócios do Sporting, desde que seja assinado por 2 pessoas que sejam sócias dos leões, à pelos menos 6 anos (se não me engano), normalmente é a direcção que o faz, é a direcção que assina, porque a instituição precisa de sócios, e precisa de elementos fixos, e 30€anos não é nada, temos que ter mais associados para que poder compensar... porque mesmo assim não é nada, porque nós temos que encontrar outras formas de rendimento, eu ando a trabalhar nisso, e ando a estudar nisso. Nós temos que ter outras formas de

rendimento. Uma delas, e que já estamos a pensar é a do bar, estamos a pensar comprar produtos nós... mas portanto, não é um negocio, é uma entrada de dinheiro para apoiar a instituição, para podermos comprar mais produtos para o bar, para podermos comprar mais coisas de artesanato e por ai fora... mas por exemplo, a sala de sócios tinha mais gente... pois, mas essas pessoas, esses senhores que estão na sala de sócios, temos aqui o utente x, que é nosso associado, que é nosso utente e que também vai a sala de sócios, e é assim aqui não se pode jogar a dinheiro e na sala de sócios pode-se. Aqui é obvio que eu nunca permitiria que se joga-se a dinheiro, alias eu costumo dizer que não vale a pena anotar quem é que ganha quem é que perde, porque não interessa. Aqui tem que haver uma competição saudável, a Animadora já fez um tornei de Domino mas é todo momentâneo, é um prémio simbólico, isso é obvio que não seria permitido aqui. Depois não se pode fumar, agora também já não se pode lá, mas dantes podia-se, agora vão á rua mas também é mais perto, e depois tem outro conceito de eles próprios, acham que um centro de dia é para velhos e eles não são velhos. Um centro de dia não é para velhos, e nos temos aqui o utente B, que é uma pessoa bastante nova, tem cinquenta e pouco anos, e não é só o facto de ser nova, porque isso também depende, porque tivemos o utente C que teve um avc e era considerada uma pessoa bastante nova, e depois temos pessoas com problemas psicológicos que são pessoas relativamente novas... é verdade é que em termos reais isto não é para velhos, no conceito de acamados, não se deve considerar uma pessoa mais velha porque está acamada, nem quando está acamada, porque... *mas infelizmente esse conceito continua...* pois, nas o conceito Ocidental de velhice é muito mau, o conceito pelo menos praticado e que as pessoas vivem em geral. Nós sabemos perfeitamente que noutras sociedades Oriental, Africana que os mais velhos são muito valorizados pela sua experiencia, é claro que tem limitações próprias da idade, são pessoas que já passaram por coisas que nós não passamos e se calhar não passaremos. Muitas das coisas... é obvio que eles já sabem muito mais do que nós, nos podemos saber outras que eles nunca passaram por elas, mas a verdade são pessoas que devemos respeitar por para já são pessoas que já viveram mais que nós, e estão na altura de ser mais respeitados, e descansar... e pronto... e quer dizer mesmo que achamos que dentro do que fazemos e do que gostamos eles não tem nada para nos ensinar, que nunca é real, porque há sempre alguma coisa que nós



podemos aprender, nem que seja valores... mesmo que isso nos ultrapasse, no mínimo respeito merecem por toda a vida que já viveram, e que toda a gente merece, porque não é por ser mais velha que deixa de merecer respeito, independentemente de valorizarem o que sabem ou não sabem... *mas infelizmente a nossa sociedade continua...* infelizmente a sociedade Ocidental é a perda de dignidade sempre que é uma tristeza, a não ser que tenham grande estatuto, intelectual ou financeiro, mas isso pronto, já estamos a falar de mentalidades é uma coisa muito complicada.

### **A outra questão é se existe um plano de actividades?**

É feito um plano de actividades todos os anos pela direcção ... *mas uma plano de actividades do centro de dia?*... não um plano de actividades da instituição que inclui o centro de dia, ou seja o plano de actividades é baseado neste espaço e na animadora, mas não é muito pormenorizado, e por esse motivo, e por acharmos que para o nosso publico seria mais interessante nós não fazemos um plano de actividades anual, mas sim mensal, faz a animadora. A animadora faz um plano de actividades mensal, porque nós temos algumas coisas fixas e previstas para o plano de actividades que inclui também os utentes, que é feito pela direcção que é o único que inclui as actividades que são garantidas, e as outras actividades que não sejam garantidas ou sem data poderíamos lá colocar, mas assim fazemos mensalmente, portanto o plano de actividades aqui do centro de dia fazemos mensalmente, e esse da direcção inclui... começamos por... pela assembleia geral da aprovação das contas que é em Março, um passeio por ano pelos menos entre Abril e Julho, se possível 2, a ano passado tivemos um em Fevereiro em que fomos ao Museu dos Frades, e fizemos outro à Pampilhosa... e depois as bolsas de estudo as candidaturas sejam em Setembro, são analisadas em Outubro, e as bolsas são entregues em Novembro, também fazem parte do nosso plano de actividade anual, e o almoço de Natal... isso é da instituição... exactamente, isso é da instituição Leões de Portugal, mas por exemplo, as bolsas não se justifica eles iram mas o ano passado eles foram porque juntou-se à gala. A gala era uma das actividades que era anual e que parou durante 3 anos, porque não era possível realizar, mas o ano passado realizamos em 2007 em homenagem ao prof. Luís Ferreira no teatro são Luís e foi uma festa em grande como nunca tínhamos tido, o ano passado em 2009 decidimos juntar às bolsas de

estudo, e fazer 2 eventos num só, que foi no casino Estoril com o José Cid, e como era gala também, também se justifica eles irem, mas quando é a entrega das bolsas de estudo aquilo não é mais que um jantar com uma cerimonia de entrega das bolsas de estudo, e que eles não vão, porque também seria incomportável estarmos a juntar todo e a comportar tudo, mas as duas galas eles foram, não pagaram nada, foram como nossos convidados, temos ai as fotografias, tentamos fazer assim para as pessoas participarem, e normalmente tem um posição de destaque são falados nos discursos, como é obvio é a nossa valência e eles estão cá, e temos uma capacidade até relativamente grande e não esta preenchida e quem está acho que também é de louvar... e eles estão cá todos os dias acho que merecem essas distinções. O passeio por exemplo, o passeio que nós fazemos da instituição é para todos os associados que se inscrevam a custos o mais reduzido possível pedimos ajuda a Junta de Freguesia e por ai a fora e tem sido possível tem sido viável, não temos nós que dar dinheiro, com esses apoios e ao mesmo tempo temos os associados a pagar um valor extremamente reduzido que é na ordem dos 15/20 euros, que já foram mais caros quando nós não tínhamos o apoio da junta de freguesia do Lumiar, não sabíamos, porque depois com o centro de dia também abrimos horizontes em termos de parcerias... e pronto, eles pagam esse valor simbólico, que é o valor que nós conseguimos fazer para não termos prejuízo os utentes normalmente não pagam. O que está definido, e o que eu transmiti aos utentes é que os passeios dos associados e são utentes, como são utentes tem o privilegio de não pagar ou pagar um valor simbólico entre 15/20n euros quando nós não conseguimos suportar tudo, mas até agora ainda não aconteceu, e duvido que isso aconteça, e depois para além disso são os primeiros a serem sentados, vão sempre no inicio do autocarro, que é uma coisa que todos querem não é?!... mas o que é impossível ser para todos, agora é obvio que nós temos que privilegiar quem está connosco todos os dias, e pronto, eu penso que todos percebem isso, e todos sabem o que é ser utente e o que é ser associado, e nós gostamos que isso seja referenciado, para as pessoas perceberem que é bom serem nossos utentes, e que são pessoas que são validas e que não estão aqui encostadas a um canto, e nós até temos pessoas com algum nível cultural também, pronto também temos pessoas com um nível mais baixo que cultura que não puderam estudar, é um grupo muito heterogenia. Nós tínhamos a esperança que ao perceberem que ao termos pessoas

validas aqui, que há uma certa diferença entre ser associado e ser utente, porque ser utente é o que? É vir almoçar quando quiserem e participar nas actividades, e depois tem a vantagem de, para não terem aquela obrigação de que “uma pago um X mesmo que vá 15 dias ou vá 30”, não é o caso porque nós descontamos os dias em que as pessoas não vem, que é uma coisa que não é habitual nos centros de dia, normalmente só se desconta quando são doenças ou pronto, situações que os levem a ficar em casa, porque o que se tornou habitual num centro de dia é que é para as pessoas que realmente não querem estar em casa, e pagam um X e acabou, e que é certo, e pronto... e depois podem ir todos os dias ou não ir e pagam o mesmo. Aqui não, as pessoas só pagam de acordo com o dia que vem, mas uma das questões que eles me colocam é que, eles pagam o mesmo, se vierem pagam o mesmo por ser feriado ou não ser, porque isso aí... os feriados são situações da sociedade, e o que nós alteramos na mensalidade, é que dividimos o valor por mês, todos os dias úteis de cada mês, e podem ser mais ou menos consoante os meses e depois multiplicamos pelos dias de frequência, é assim que nós achamos o valor final em cada mês, e isso é sempre assim... agora se nós fizermos tolerância de ponto eles não pagam. A tolerância de ponto não é considerado um feriado, é um dia útil que eles não vieram, eu evito as tolerâncias de ponto porque as tolerâncias de ponto normalmente são dadas entre um feriado e um fim de semana, e isso significa o que 4 dias em casa e não é vantajoso, porque não é bom para eles e eu evito que isso aconteça, as vezes não é fácil porque para já todos os serviços fecham mas nós podemos abrir porque podemos abrir na mesma, desde que a empresa alimentar forneça refeições. No Natal para não criar... porque é o Natal, e normalmente é uma data muito triste para eles, ao contrário do que deveria ser, para quem não tem já a família é uma altura triste e para aqueles mais habituais e que vem todos os dias, eles querem continuar a vir e no dia 24 a “casa 21”, não forneceu refeições, então nos abrimos no dia 24, nós pedimos o dobro das refeições para 23 e 24, porque a alimentação que era dava... mas pronto, sempre que é possível eu não fecho, nós normalmente alternamos, ora gojo eu a tolerância de ponto ora goza a auxiliar, porque nós somos versáteis, aliás o centro de dia exige versatilidade, a animadora também é muito versátil, e conseguimos-nos organizar assim, e pronto, este horário foi escolhido mais por eles, porque mesmo a nível de atendimento ao público não se justifica porque

nós não temos assim tantos associados para virem pagar cotas ou seja o que for... tem que haver muita versatilidade, muita flexibilidade para trabalhar numa instituição deste género... não é que aconteça isto em todo o lado. Porque no momento até não se justifica porque temos um número reduzido de utentes... *Tem capacidade até quantas pessoas?* Segunda a segurança social seriam 60, mas quando a SS veio cá... neste momento o refeito tem 52 lugares sentados, não se poderia ir até aos 60... mas o centro de saúde disse que tínhamos que ter uma instalação sanitário por cada 10 utentes, e nós não temos para a capacidade de 60, por isso devemos ter uma capacidade de 50 eles não definiram. A verdade é que nós assinados um acordo com a SS em que temos uma capacidade de 45, e não temos 45... Pode também ter haver com uma questão financeira isto hoje em dia está muito complicado... sim, porque há pessoas que pensam “eu não vou gastar dinheiro fora”, mas há ainda que pessoas que estão habituadas a comer fora e vem.

**A minha questão a seguir era que tipo de práticas/ Actividades são desenvolvidas no centro de dia?**

De uma forma geral?... *Sim de uma forma geral, porque as actividades já percebi que passa muito pelo dominó, porque há muito senhores que gostam muito dessa actividade...* e é difícil quebrar essa rotina, quebrar?! Nós não temos nada que quebrar eles gostam e por isso deixa os estar, porque temos um e outro que quando queremos puxar os restantes para outras actividades eles ficam mesmo de mau humor, mas também tem que fazer outras coisas de vez em quando, ou seja. O que é normal num centro de dia é ter um datas... dias específicos para determinadas coisas, quer dizer, á segunda é dia de informática á terça é dia de... nós começamos assim e desistimos. Por um lado, eles normalmente precisam de a rotina, e isso era bom ser assim, e devia ser assim, porque em termos gerais o que está mais do que estudado e o que falado é que as pessoas mais velhas querem e precisam de rotinas, porque isso é uma forma de eles saberem sempre com o que contar, mas por outro lado como eles não querem participar não se justifica ser dia de pintura ou outra coisa, se não estiverem cá os utentes que querem participar nisso, as utentes normalmente, portanto estar a dizer que á quarta é dia de não sei que e os utentes não estão cá... a animadora vai gerindo de acordo com a

disposição deles, porque há dias em que... eles trabalham muito por objectivos, ou seja, os senhores não gostam muito de trabalhar nos trabalhos manuais, mas se há um objectivo, que é para a venda de Natal ou para a venda da quermesse do arraial, a animadora consegue que eles participem um pouco, porque? Porque depois fica registado, porque depois as fotografias aparecem e não sei que, e depois as peças são elogiadas, e depois “ah, eu contribui” e isso é bom, e então por ele nós conseguimos que eles participem, mas lá está, na verdade isto tem que se tudo assim, assim e assim, tem que ter aquela rotina, mas a verdade é que depois tem que ser todo adaptado aos utentes, e é o que nós fazemos... *também é o que faz mais sentido...* e é o que nós fazemos. Porque é assim se se justifica-se haver os dias fixos e se fosse melhor para eles... mas como já se verificou que não é, e que não funciona assim, para que insistir numa coisa que não está a funcionar. Porque sim, eu acho que se tem que dinamizar mais, que há poucas actividades a serem feitas, mas é porque há muita dificuldade em mobiliza-los...

**Porque aqui a minha última pergunta é exactamente quais são as dificuldades com que se depara...**

É a motivação deles para participarem nas actividades, inclusive às vezes até para ir a passeios, aos bailes da Junta, à partida nós pensamos que seriam coisas que eles gostariam, mas depois não querem ir. Acabam por ir, e até se divertem, mas não se percebe... a pouco quando estávamos a ver que se pensa que são pessoas elitistas e não são, mas a verdade é que depois eles se comportam como tal, o que eu acho que não se justifica. Porque eu acho que eles aqui tem uma atitude como, eles são velhos, aliás eles costumam fazer isto várias vezes, tratam os outros por velhos e eles não são. Agora eles poderiam era considerar que ninguém tem que ser tratado por velho, ou pelo menos com essa conotação negativa, nem eles nem ninguém. Eles não vêem como um grupo de pessoas da mesma idade que se divertem, mas eles não interpretam dessa forma. A verdade é esta, eles tem muito esta perspectiva “eu não quero ir para perto dos velhos”. Ainda aconteceu aqui à pouco tempo, nós tivemos uma actividade conjunta, eu estou a dar esta como exemplo, porque isto acontece sempre, que é eles não se querem misturar, a verdade é que é um convívio e eles não se querem misturar, mas que estão cá todos na mesma, e depois quando se pretende misturar, e essa actividade era de jogos, de ateliers

que não tem nada haver com eles, porque a animadora pensou que já tinha encontrado uma forma de os motivar, e pensou vamos fazer uma actividade de jogos fora, e isto porque, porque estão outras pessoas, e isto é uma coisa inacreditável, porque depois eles sentem que é obrigação participar e então não querem participar, e depois dizem então mas eu não sou obrigado a participar, é e claro que não tem, mas nós estamos a fazer isto para eles, e é muito complicado trabalhar isto, esta parte da motivação e da participação deles é a maior dificuldade que nós temos aqui, além de não virem mais utentes. Nós estamos sempre a pensar em novas estratégias, e novas formas, mas depois não há vontade da parte deles. É assim eu já lhes dei a liberdade para não participarem mas já tente apelar à questão de, tudo bem mas nós estamos a fazer isso por eles. Já tentei apelar à questão de digam-me então outras coisas que queiram fazer, mas eles não me dizem. *Mas o meu questionário aos idosos é exactamente essa, quais as actividades que mais gostam de fazer, e que querem fazer...* pois mas nós também fazemos esses questionários, e quando eles são de certa forma obrigados a responder eles respondem mas depois ficam na mesma, porque depois essas actividades já foram tentadas e eles não participam. Por exemplo agora a questão da informática, talvez com isso conseguimos que eles participem, mas ainda não foi possível realizar, mas mesmo assim, nós tentamos mudar, e eles não participam.

**A outra questão era quando é que são desenvolvidas essas actividades? Mas já percebi que são adaptadas...**

É mas normalmente as actividades de trabalhos manuais quando eles fazem de manhã, começam um bocadinho antes do almoço, porque também não chegam muito cedo, excepto alguns utentes, quando começam antes do almoço, e depois continuam depois do almoço, as vezes não começam antes do almoço, e começam só depois do almoço, isto as actividades manuais, porque eles de manhã lêem o jornal e tal, há o jornal do Sporting que vem todas as terças-feiras, com raras excepções as quartas, e nós temos direito a 3 exemplares, e a terça feira é sagrado para o jornal do Sporting, e isso é uma coisa fixa. Depois as aulas de movimentos terça e quinta, que é por volta das 12h, é uma coisa muito leve mas ajuda-os a mexer os braços e a movimentarem-se, porque não podem fazer muito mais, alguns podem mas, mas a maioria não, e pensando no que não

faça mal a ninguém tem que ser coisas leves até porque nós temos é uma animadora e não é professora de educação física e não tem conhecimentos para ir muito além, ela sabe disso e tem consciência disso... de qualquer forma ela informou-se das coisas mais essenciais do género os cardíacos não podem estar muito tempo com os braços levantados, levantam 1 vez e depois acabou porque senão pode ser prejudicial, coisas desse género, que é necessário saber. Depois em termos fixos acho que é isso... *as actividades físicas*... os aniversários são festejados sempre na última terça feira de cada mês, com excepção quando há actividades marcadas para essa data, temos que alterar, mas é sempre à última terça feira de cada mês, para eles também saberem, para aqueles que não vem com tanta regularidade também saberem, que na última terça de cada mês estamos a festejar os aniversários desse mês. E depois também vamos participando nas actividades da junta do Lumiar que são várias, são arraiais, e passeios que podemos integrar, temos a festa dos reis, temos o carnaval, também vai haver o chá dançante, depois há o arraial popular, há a praia sénior, em que eles não participam eles não vão à praia. Eles foram lá uma vez connosco, porque fomos um dia, passear lá, e até gostaram e tudo, mas participar em termos de ir à praia todos os dias, 15 dias ou 1 semana, não tem participado, talvez um dia isto modo, mas porque? Porque como é para ir com os outros eles não vão, porque é muito difícil motiva-los. Depois vai haver o piquenique do dia Internacional do Idoso é a 1 de Outubro, a junta tenta também promover workshops de dança, que também é muito engraçado, também tem a Lisboa iluminada, que é no Natal ir ver a iluminação, e depois acaba com ceia ali na pastelaria Terno ali no Lumiar, e nós integramos essas actividades. E depois temos outras parcerias que são o “Giai” (Grupo Inter-Institucional para Idosos), que é um grupo de técnicas das instituições, das quais instituições da freguesia que se quiseram juntar, e que se queriam associar, e que se juntam de vez em quando, e que também estabelecem algum tipo de objectivos e actividades, mais gerais que convêm serem planeadas ao nível institucional e não só a nível dos animadores, mas depois há um “team”, para apesar de em inglês querer dizer equipa, que é o grupo dos animadores, e eles depois tem... a organização deles é, não sei se está a ser cumprida ou não, que é um mês é um Workshop de animadores, só para animadores entre eles, em que 1 dos animadores ensina 1 técnica aos outros, que depois vão por em prática no seu centro de dia, e depois no mês seguinte há um workshop do



mesmo para os utentes das várias instituições, mês sim mês não é workshop de animadores, mês sim mês não é workshop de utentes sobre o mesmo assunto, isto porque cada animador transmite a sua experiência aos outros, que depois aplicam aqui e que depois aplicam e que depois fazem em conjunto com os seus utentes, e vão aplicando para depois fazerem todos em conjunto. E pronto, isto são algumas parcerias, e depois podem haver outras parcerias mais pontuais, nós tínhamos com o “Cagil”... fazíamos passeios em conjunto, ora uma vez eles ora outra vez nós, à praia fomos juntos, ao museu da cidade fomos juntos, até porque nós para irmos a essas coisas pedíamos o autocarro da junto, mas no momento não temos grandes actividades com o “Cagil”... *Porque as parcerias na minha perspectiva são sempre uma mais valia para a instituição...* A questão é que dá trabalho. Mas a questão aqui não é essa, a questão aqui é que eu trabalho assim... porque para mim as parcerias são essenciais, porque para já as parcerias já me permitiram fazer muita coisa que nós não poderíamos ter feito sem as parcerias, não só a nível de apoios financeiros como por exemplo por parte da junta de freguesia do Lumiar, assim como a nível de parcerias a nível de actividades em conjunto porque? Porque não vamos pedir o autocarro para ir só 4 ou 5 pessoas, e assim já aconteceu irem 3 instituições, e fica muito mais barato, e justifica-se muito mais... assim há uma rentabilização dos recursos, esta é a minha perspectiva com as parcerias, uma mais valia, uma rentabilização de recursos, ajuda a dar qualidade às actividades e a possibilitar mais coisas aos utentes... *e há o convívio entre os utentes...* e há o convívio que é essencial, apesar de haver algumas pessoas que não queriam ir, mas é essencial. A nossa perspectiva como assistentes sociais, e temos que pensar no melhor para a instituição, e temos que tornar este espaço um melhor espaço possível na nossa perspectiva para se tornar apelativo para manter cá as pessoas, porque nós também não queremos manter aqui pessoas contra a vontade delas... temos é que insistir na melhoria do nosso espaço e das nossas actividades. Eu tenho provas dadas em como as parcerias são importantes e são uma mais valia e beneficiaram já em muito coisa aqui o centro de dia, mesmo a nível de actividades é claro que é uma mais valia é claro que são importantes, como o convívio entre as instituições são muito importantes... as instituições são todas diferentes e tem que haver essa troca é importantíssimo.



### **Quantos idosos frequentam o centro de dia?**

Oficialmente são 19 utentes... *mas nem todos eles frequentam o centro de dia...* não, diariamente temos 11/12, tendo em conta que 2 deles só vem à terça, quarta e quinta, mas pode considerar-se uma frequência mais habitual, mais regular, porque frequência regular... portanto frequência regular são 12, dado que à sexta nunca à 12, nesse dia normalmente temos 7, 8, 9, o mais normal é à volta de 12, a semana passada na terça-feira tivemos 14 ... *a segunda e a sexta são os dias mais fraquinhos...* sim, a segunda e a sexta são os dias mais fracos de todos, os dias que tem sempre mais gente, seja lá a semana que seja é a terça, é sempre o dia que tem mais gente.

### **Qual o perfil dos idosos que frequentam o centro de dia?**

É um grupo muito heterogéneo, mas... não temos ninguém assim com um nível muito elevado a nível académico, destaca-se apenas 1 utente que tem 2 Licenciaturas, porem não está nesse nível por causa da demência, depois no geral temos 2 pessoas no nível médio cultural e financeiro e depois temos algumas pessoas mais ou menos equilibrados entre o médio e o baixo tanto em termos culturais como em termos financeiros. A nível elevado é mesmo apenas 1 utente, mas por causa da demência está numa situação complicado, e depois temos pessoas dependentes, temos neste momento 2 flagrantes e marcantes, uma senhora que está em cadeira de rodas e que também está com défices cognitivos graves, e uma senhora com Alzheimer, e depois temos 2 outras situações, uma um pouco menos grave, que tem défices cognitivos, que está infantilizado, mas ainda como sozinho, vai à casa de banho sozinho, e depois ainda temos um outro utente que não vem sempre mas que está diagnosticado Alzheimer, embora eu acho que não é... e os restantes ao todos autónomos, temos ainda 1 utente que está a perder a memória e com bastante descoordenação motora à bastante tempo... mas pronto, o grupo no geral, como se pode ver é muito heterogéneo, varia assim um pouco dependente, semi-dependente e completamente autónomos e em termos culturais médios baixo, mais ou menos equilibrado, com a excepção do nível elevado afectado

com a demência, e em termos financeiros alguns nível baixo, se calhar a grande maioria nível médio e um ou outro de nível alto. Neste momento só temos 2 pessoas a pagar em teoria por mês a totalidade... o calculo não tem sofrido alterações, mas quem que ser revista, e normalmente é em Março, mas na realidade eu nunca revi desde que o centro de dia abriu, e a direcção tem me autorizado a fazer assim, a aumentar seriam só 2€ ou o que é, mas depois as despesas são cada vez maiores, porque as pensões são baixas, porque mesmo que elas aumentem 5€ por exemplo, nós sabemos que eles tem despesas diárias produtos de primeira necessidade também aumentou, a reforma aumenta mas as despesas aumentam muito mais do que isso, e então a direcção tem me autorizado a manter, e eu tenho mantido, porque a minha ideia é proporcionar um espaço que seja alternativo ao eles estarem sozinhos em casa, e que possam vir aqui e que seja minimamente acessível.

**Quais as actividades que estes mostram mais interesse e quais as que mostram menos interesse?**

A maioria o que eles mais gostam são os jogos, as senhoras o que elas mais gostam são os trabalhos manuais. Depois os bailes eles não tem mostrado assim muito entusiasmo, alguns nem sequer dançam, alguns gostam de ir só para ver as outras pessoas, gostam de ver o ambiente e gostam da festa em si, e pronto.

**A última questão é quais são as dificuldades com que se depara aqui no centro de dia?**

A falta de utentes, que está ligado à outra dificuldade que é a dificuldade financeira, porque as dificuldades estão ligadas às dificuldades financeiras, porque mais utentes implica mais ganhos, o que implicaria mais pessoal, mais actividades, por exemplo nós gostaríamos muito de ter uma turma de hidroginastica, não tenho utentes suficiente interessados, portanto aqui a falta de motivação... portanto falta de dinheiro, falta de motivação e falta de utentes, porque não tenho utentes suficientes interessados dos que cá estão, não tenho mais utentes que poderiam eventualmente estar interessados e não estão, e não tenho capacidade financeira, porque eu posso dar todas as facilidade, facilidades nas inscrições, mas temos o mínimo que é o custo do professor naquela hora

e o período de eles estarem... *mas se calhar as pessoas, temos que contextualizar o percurso da vida delas, sempre trabalharam muito, e nunca tiveram este tipo de lazer , e é como se não tivessem direito a ele...* eu acho que não encontram gosto nisso, porque como passaram a vida toda a trabalhar, agora encaram as actividades como uma obrigação e não como uma tarefa, como lazer, e a questão é mesmo essa, eles não encaram aquilo como lazer, muitas vezes é lazer para os outros mas eles não gostam e seria uma obrigação, e obrigação já eles fizeram muita coisa a vida toda, se calhar podemos extrapolar por aí, não é garantido, implicaria um estudo muito mais aprofundado, mas é uma hipótese, porque muitas vezes eles são contraditórios, porque eles queixam-se que não fazem nada, mas depois também não querem fazer nada. Eu peço as sugestões e tal e eles não dão, mas eu também não posso estar à espera que eles me dêem, porque não pensam em tudo, não tem esses conhecimentos todos, a verdade é que temos experimentado muita coisa e eles não participam, mas é o normal neste tipo de instituições... ver algum progresso é passado muito tempo... é, eu posso dizer que eu noto diferença neles positivas e negativas, as negativas também tem o seu lado positivo porque? Porque eu noto que eles agora são muito mais exigentes refilões, e qual é o lado positivo nisto tudo, é que eles se sentem a vontade aqui, porque no início vem todos com pezinhos de lã, agora o serem mais torrões e não sei que também demonstra que se sentem muito mais a vontade e encaram isto como já sendo uma coisa normal, e isto é o que eu tiro de positivo das questões negativas, outras questão positivas haverá mas eu acho que esta é a principal, e a minha avaliação de eles estarem muito mais exigentes, de não quererem participar e tudo mais, demonstra que estão muito mais a vontade aqui, e por um lado é bom porque quer dizer que este espaço os deixa a vontade, que eles identificam este espaço como deles. Mas também é negativo, porque? Porque esta reacção negativa, é frustrante mas é mau para eles porque eles depois não participam, porque eles perdem alguma coisa em não participar tanto mental como fisicamente, porque a verdade é que a nível de adiar a perda de memória, adiar a nível de ficarem acamados a esse nível a actividade física é essencial, o estímulo cognitivo é fundamental, por isso eles tem que se manter activos fisicamente eles tem que se manter activos mentalmente, e nós fazemos aqui as actividades mais simples possíveis com eles, porque tem que ser mesmo assim, porque temos que encontrar algumas estratégias

para os motivar, porque é bom e para eles. Mas o que nós lhe dizemos são coisas modernas, são modernices, e até pode ser verdade mas não é para eles, é verdade para os outros, porque não é que não acreditem em nós porque eles até... eles tão depressa estão a dizer que eu é que sei, como estão a dizer a Dra. é que sabe, eles tem consciência que não tem estudos e menosprezam-se por isso, que é uma atitude negativa, mas é a mentalidade que eles tem, e as vezes é contraditório mas é a mentalidade deles, nós é que estudamos nós é que sabemos mas é para os outros.

Tema: Instituição Leões de Portugal

| Categorias                                      | Sub-Categorias     | Indicadores                          | Unidades de Registo        |
|---|--------------------|--------------------------------------|----------------------------|
| Caracterização da Instituição Leões de Portugal | Origem             | Grupo de Sportinguistas              | UR1; UR10                  |
|   |                    | Informal                             | UR9; UR12                  |
|   | Designação Inicial | Grupo de Solidariedade Sportinguista | UR3                        |
|   | Actividades Anuais | Assembleia Geral                     | UR66                       |
|   |                    | Conferências e Palestras aos sócios  | UR4; UR5; UR7              |
|   |                    | Bolsas de estudo                     | UR6; UR16; UR68            |
|   |                    | Ajudar sócios com dificuldades       | UR2; UR8; UR11; UR15; UR17 |
|   |                    | Passeios                             | UR18; UR67                 |
|   |                    | Almoço de Natal                      | UR19; UR69                 |
|   |                    | Centro de Dia                        | UR20; UR21; UR22           |
|   | Valências          | No futuro Apoio Domiciliário         | UR24                       |
|   |                    | IPSS                                 | UR13; UR14; UR23           |
|   |                    |                                      |                            |

Tema: Centro de Dia dos Leões de Portugal

| Categorias                                | Sub-Categorias                             | Indicadores   | Unidades de Registo                |
|---|--|---|------------------------------------|
| Divulgação do Centro de Dia               | Dar de conhecer o Centro de Dia aos sócios | Mailing   | UR25; UR26; UR27                   |
|   |  | Diferentes meios de comunicação social                                      | UR28; UR29; UR30; UR31             |
|   |  | Através do Sporting   | UR32                               |
| Características do Centro de Dia          | Tipo/ Perfil de Utentes                    | Semi-Autonomos  | UR35; UR123                        |
|   |  | População Heterogénea   | UR36; UR39; UR70; UR114; UR121     |
|   |  | Dependentes   | UR37; UR122; UR119                 |
|   |  | Autonomos   | UR38; UR120; UR124                 |
|   |  | Um utente com nível academico elevado                                       | UR115; UR118                       |
|   |  | Dois utentes com nível cultural e financeiro médio alto                     | UR116                              |
|   |  | Maioria dos utentes nível cultural e financeiro médio e baixo               | UR117; UR125                       |
|   |  | Fora da Freguesia do Lumiar   | UR54; UR55                         |
|   |  | Não são todos sócios do Sporting mas são todos sócios dos Leões de Portugal | UR56; UR57                         |
|   | Vantagens de ser utente                    | Almoço  | UR71                               |
|   |  | Participar nas Actividades  | UR72                               |
|   | Centro de Dia Atípico                      | Não tem uma mensalidade fixa, só pagam os dias que vão                      | UR40; UR41; UR42; UR73; UR74; UR75 |
|   | Versatilidade                              | Funcionários  | UR76; UR77; UR78                   |
|   | Capacidade máxima de utentes               | Segundo a segurança social 60   | UR80                               |
|   |  | Real 45   | UR81                               |
|   |  | Número real de utentes 19   | UR113                              |
| Horário de Funcionamento do Centro de Dia | Definição de Acordo com a frequência       | 10h às 17h30  | UR52; UR53                         |

|                               |  |   |   |
|-------------------------------|--|---|---|
| Actividades do Centro de Dia  | Fixas  | Trabalhos Manuais todos os dias depois do almoço            | UR95  |
|                               |  | Leitura do Jornal do Sporting à terça-feira                 | UR96  |
|                               |  | Aulas de movimentos às terças e quintas                     | UR97  |
|                               |  | Aniversários festejados na última terça de cada mês         | UR98; UR99  |
|                               |  | Geridas de acordo com a disponibilidade/vontade dos utentes | UR84  |
|                               |  | Trabalhos Manuais   | UR86  |
|                               |  | Trabalho por objectivos                                     | UR85  |
|                               |  | Adaptadas aos utentes                                       | UR87  |
|                               | Vantagens/ Importância                         | Estimulo Cerebral   | UR45  |
|                               |  | Estimulo Fisico   | UR44; UR46; UR47                                  |
|                               | Utentes pouco motivados para participar        | Actividades Fisicas   | UR48; UR49  |
|                               | Futuras Actividades                            | Informática   | UR50; UR51  |
|                               | Utentes mais gostam                            | Jogos   | UR126   |
|                               |  | Trabalhos manuais   | UR127   |
| Plano de Actividades          | Anual da Instituição Leões de Portugal         | Inclui o Centro de Dia                                      | UR61; UR64  |
|                               | Mensal   | Centro de Dia   | UR62; UR63; UR65                                  |
| Dificuldades do Centro de Dia |  | Falta de Rendimentos  | UR58; UR59  |
|                               |  | Número reduzido de utentes                                  | UR79; UR94; UR128; UR134; UR136                   |
|                               |  | Questões Financeiras  | UR82; UR129; UR130; UR132; UR137                  |
|                               |  | Falta de Motivação dos Utentes                              | UR83; UR88; UR89; UR90; UR93; UR131; UR133; UR135 |
|                               |  | Os utentes dos outros centros de dia são os "velhos"        | UR91; UR92  |
| Parcerias com o Centro de Dia | Actividades promovidas pela Junta de Freguesia | Festas  | UR100; UR102                                      |
|                               |  | Passeios  | UR101; UR105                                      |
|                               |  | Piquenique do Dia Internacional do Idoso                    | UR103   |
|                               |  | Workshop de dança   | UR104   |
|                               |  | "Giai"; "Team"; "Cagil"                                     | UR106; UR107; UR108                               |
|                               |  | Mais Valias   | UR109; UR110; UR111; UR112                        |

## **LISTAGEM DAS UNIDADES DE REGISTO DA ANÁLISE DA ENTREVISTA À DIRECTORA DO CENTRO DE DIA “LEÕES DE PORTUGAL”**

**UR1** – “ (...) grupo de Sportinguistas (...)”

**UR2** – “ (...) e começar a ajudar alguns sócios mais carenciados, antigos jogadores, e dar algum apoio presencial e às vezes, e até económico para ajudar a comprar medicamentos (...)”

**UR3** – “ (...) Grupo Solidiedade Sportinguinta.”

**UR4** – “ (...) conferencias de informação aos sócios, (...)”

**UR5** – “ (...) palestras de informática, (...)”

**UR6** – “ (...) com bolsas de estudo, (...)”

**UR7** – “ (...) palestras, (...)”

**UR8** – “ (...) visitas à casa dos sócios mais isolados, (...)”

**UR9** – “Eram sempre coisas informais, (...)”

**UR10** – “ (...) era constituído por um grupo de pessoas, que se juntaram, (...)”

**UR11** – “ (...) que tinham a maior das boas intenções, (...)”

**UR12** – “ (...) mas não era uma coisa muito formalizada, (...)”

**UR13** – “ (...) poderia constituir como uma IPSS, (...)”

**UR14** – “ (...) foram constituídos estatutos, foi reconhecida a sua utilidade pública, e ficou registada então como IPSS, (...)”

**UR15** – “ (...) começou com o apoio a pessoas mais idosas, com mais dificuldade de mobilidade, (...)”

**UR16** – “ (...) depois alargou-se aos estudantes com a entrega de bolsas, (...)”

**UR17** – “Aos idosos o apoio é a partir de visitas, (...)”

**UR18** – “ (...) os passeios, começaram desde muito cedo a fazer passeios, inicialmente a acompanhar a equipa aos jogos fora, e depois outro género de passeios fora, e os passeios anuais, (...)”

**UR19** – “ (...) um almoço de Natal, (...)”

**UR20** – “É o centro de dia (...)”

**UR21** – “(...) para já é o centro de dia.”

**UR22** – “(...) mas valência é só o centro de dia.”

**UR23** – “ (...) registar o grupo como IPSS (...)”

**UR24** – “ (...) com a perspectiva de ter outra, o Apoio Domiciliário (...)”

**UR25** – “ (...) pois nós fazemos divulgação (...)”

**UR26** – “ (...) fizemos um mailing geral aos sócios através do Sporting (...)”

**UR27** – “ (...) mas todos os sócios até aquela data em que foi feito o mailing receberam informações sobre os leões de Portugal, informamos os sócios da inauguração do centro de dia (...)”

**UR28** – “ (...) já tivemos na tv inúmeras vezes (...)”

**UR29** – “ (...) inclusive na praça da alegria num directo (...)”

**UR30** – “ (...) falados na rádio (...)”

**UR31** – “ (...) aparecemos em vários jornais (...)”

**UR 32** – “ (...) divulgação em todos os jogos da Liga Portuguesa (...)”

**UR33** – “ (...) mas a verdade é que ainda há muitas pessoas que preferem estar em casa (...)”

**UR34** – “ (...) porque passou a ser esses estigma, porque o centro de dia nunca foi aquele centro, como nós conhecemos com mais pessoas dependentes e tal (...)”

**UR35** – “ (...) que aquelas pessoas que ainda estão em casa e não precisam de ir para o lar, mas ao mesmo tempo também tem algumas dependências (...)”

**UR36** – “ (...) temos aqui uma população heterogenia (...)”

**UR37** – “ (...) com algumas pessoas dependentes (...)”

**UR38** – “ (...) que não estão dependentes mas estão isoladas e sozinhas (...)”

**UR39** – “ (...) tem que haver aqui um equilíbrio, à que gerir esse equilíbrio (...)”

**UR40** – “ (...) é que isto é um clube dentro de um clube (...)”

**UR41** – “ (...) porque a ideia não é um centro de dia típico (...)”

**UR42** – “ (...) isto é, não é típico (...)”

**UR43** – “ (...) porque a ideia de centro de dia sempre foi esta, mas que se gerou devido aos facto de as pessoas mais dependentes necessitarem de um espaço.”



**UR44** – “ (...) muito pelo contrário nós damos materiais para eles se movimentarem (...)”

**UR45** – “ (...) quer a nível cerebral (...)”

**UR46** – “quer a nível fisiológico, não deve e não pode parar porque corre o risco de “emperar” (...)”

**UR47** – “ (...) nós temos a possibilidade de integrar as aulas de ginástica do Sporting (...)”

**UR48** – “ (...) mas desistimos porque eles de facto são muito preguiçosos (...)”

**UR49** – “ (...) porque eles põem na cabeça que já não conseguem mudar e não fazem nada para mudar (...)”

**UR50** – “ (...) eu estou a tentar criar algumas condições para criar aqui aulas de informática para os utentes (...)”

**UR51** – “ (...) eles começaram a ter interesse, mas preciso primeiro de criar as condições para que haja pelo menos 1 pc para cada 2 pessoas, para que todos possam aprender e trabalhar.”

**UR52** – “Funciona das 10h às 17h30.”

**UR53** – “ Esse horário foi definido um pouco pela frequência que tínhamos (...)”

**UR54** – “ (...) não são pessoas da freguesia (...)”

**UR55** – “ (...) porque nós trabalhamos para sócios, vamos sempre alargar á comunidade (...)”

**UR56** – “ (...) não, não são só sócios (...)”

**UR57** – “ (...) agora são é todos sócios dos Leões, porque é assim, eles viam encaminhados, vinham encaminhados não eram sócios do Sporting, não eram sócios do Sporting, não podiam ser sócios dos Leões, mas como nós entretanto modificamos os estatutos já é possível ser sócio dos Leões sem ser sócios do Sporting (...)”

**UR58** – “ (...) porque nós temos que encontrar outras formas de rendimento (...)”

**UR59** – “ Nós temos que ter outras formas de rendimento. “

**UR60** – “ (...) acham que um centro de dia é para velhos (...)”

**UR61** – “ (...) não um plano de actividades da instituição que inclui o centro de dia (...)”

**UR62** – “ (...) e por acharmos que para o nosso publico seria mais interessante nós não fazemos um plano de actividades anual mas sim mensal, faz a animadora.”

**UR63** – “A animadora faz um plano de actividades mensal (...)”

**UR64** – “ (...) temos algumas coisas fixas e previstas para o plano de actividades que inclui também os utentes (...)”

**UR65** – “ (...) centro de dia fazemos mensalmente (...)”

**UR66** – “ (...) assembleia geral da aprovação das contas que é em Março (...)”

**UR67** – “ (...) um passeio por ano (...)”

**UR68** – “ (...) depois as bolsas de estudo (...)”

**UR69** – “ (...) almoço de Natal (...)”

**UR 70** – “ (...) é um grupo muito heterogenia.”

**UR71** – “ É vir almoçar quando quiserem (...)”

**UR72** – “ (...) e participar nas actividades (...)”

**UR73** – “ (...) para não terem aquela obrigação de que “uma pago um X mesmo que vá 15 dias ou vá 30” (...)”

**UR74** – “ (...) nós descontamos os dias em que as pessoas não vem, que é uma coisa que não é habitual nos centros de dia (...)”

**UR75** – “ Aqui não, as pessoas só pagam de acordo com o dia que vem (...)”

**UR76** – “ (...) porque nós somos versáteis (...)”

**UR77** – “ (...) aliás o centro de dia exige versatilidade (...)”

**UR78** – “ (...) a animadora também é muito versátil (...)”

**UR79** – “ (...) porque temos um número reduzido de utentes (...)”

**UR80** – “ Segunda a segurança social seriam 60 (...)”

**UR81** – “ A verdade é que nós assinados um acordo com a SS em que temos uma capacidade de 45, e não temos 45 (...)”

**UR82** – “ Pode também ter haver com uma questão financeira (...)”

**UR83** – “ (...) mas por outro lado como eles não querem participar (...)”

**UR84** – “ (...) animadora vai gerindo de acordo com a disposição deles (...)”

**UR85** – “ (...) eles trabalham muito por objectivos (...)”

**UR86** – “ (...) muito de trabalhar nos trabalhos manuais (...)”

**UR87** – “ (...) todo adaptado aos utentes (...)”

- UR88** – “ (...) mas é porque há muita dificuldade em mobiliza-los (...)”
- UR89** – “ É a motivação deles para participarem nas actividades (...)”
- UR90** – “ (...) inclusive às vezes até para ir a passeios, aos bailes da Junta, à partida nós pensamos que seriam coisas que eles gostariam, mas depois não querem ir.”
- UR91** – “ (...) tratam os outros por velhos e eles não são.”
- UR92** – “ (...) eles tem muito esta perspectiva “eu não quero ir para perto dos velhos”.”
- UR93** – “ (...) esta parte da motivação e da participação deles é a maior dificuldade que nós temos aqui (...)”
- UR94** – “ (...) além de não virem mais utentes.”
- UR95** – “ (...) e começam só depois do almoço, isto as actividade manuais (...)”
- UR96** – “ (...) e a terça feira é sagrado para o jornal do Sporting (...)”
- UR97** – “ Depois as aulas de movimentos terça e quinta (...)”
- UR98** – “ (...) os aniversários são festejados sempre na última terça feira de cada mês (...)”
- UR99** – “ (...) sempre à última terça feira de cada mês (...)”
- UR100** – “ (...) são arraiais (...)”
- UR101** – “ (...) e passeios que podemos integrar (...)”
- UR102** – “ (...) temos a festa dos reis, temos o carnaval, também vai haver o chá dançante, depois há o arraial popular (...)”
- UR103** – “ Depois vai haver o piquenique do dia Internacional do Idoso é a 1 de Outubro (...)”
- UR104** – “ (...) a junta tenta também promover workshops de dança (...)”
- UR105** – “ (...) que também é muito engraçado, também tem a Lisboa iluminada, que é no Natal ir ver a iluminação, e depois acaba com ceia ali na pastelaria Terno ali no Lumiar, e nós integramos essas actividades.”
- UR106** – “ E depois temos outras parcerias que são o “Giai” (Grupo Inter-Institucional para Idosos) (...)”
- UR107** – “ (...) mas depois há um “team” (...)”
- UR108** - “Cagil”
- UR109** – “ (...) porque para mim as parcerias são essenciais (...)”

**UR110** – “ (...) porque para já as parcerias já me permitiram fazer muita coisa que nós não poderíamos ter feito sem as parcerias (...)”

**UR111** – “ (...) esta é a minha perspectiva com as parcerias, uma mais valia, uma rentabilização de recursos, ajuda a dar qualidade às actividades e a possibilitar mais coisas aos utentes (...)”

**UR112** – “ Eu tenho provas dadas em como as parcerias são importantes e são uma mais valia e beneficiaram já em muito coisa aqui o centro de dia, mesmo a nível de actividades é claro que é uma mais valia é claro que são importantes, como o convívio entre as instituições são muito importantes... as instituições são todas diferentes e tem que haver essa troca é importantíssimo.”

**UR113** – “ Oficialmente são 19 utentes (...)”

**UR114** – “ É um grupo muito heterogéneo (...)”

**UR115** – “ (...) não temos ninguém assim com um nível muito elevado a nível académico, destaca-se apenas 1 utente que tem 2 Licenciaturas (...)”

**UR116** – “ (...) depois no geral temos 2 pessoas no nível médio cultural e financeiro (...)”

**UR117** – “ (...) depois temos algumas pessoas mais ou menos equilibrados entre o médio e o baixo tanto em termos culturais como em termos financeiros.”

**UR118** – “ A nível elevado é memo apenas 1 utente (...)”

**UR119** – “ (...) depois temos pessoas dependentes, temos neste momento 2 flagrantes e marcantes (...)”

**UR120** – “ (...) e os restantes ao todos autónomos (...)”

**UR121** – “ (...) como se pode ver é muito heterogéneo (...)”

**UR122** – “ (...) varia assim um pouco dependente (...)”

**UR123** – “ (...) semi-dependente (...)”

**UR124** – “ (...) completamente autónomos (...)”

**UR125** – “ (...) em termos culturais médios baixo (...)”

**UR126** – “ A maioria o que eles mais gostam são os jogos (...)”

**UR127** – “ (...) as senhoras o que elas mais gostam são os trabalhos manuais.”

**UR128** – “ A falta de utentes (...)”

**UR129** – “ (...) dificuldade financeira (...)”

**UR130** – “ (...) porque as dificuldades estão ligadas às dificuldades financeiras (...)”

**UR131** – “ (...) portanto aqui a falta de motivação (...)”

**UR132** – “ (...) portanto falta de dinheiro (...)”

**UR133** – “ (...) falta de motivação (...)”

**UR134** – “ (...) falta de utentes (...)”

**UR135** – “ (...) porque não tenho utentes suficientes interessados (...)”

**UR136** – “ (...) não tenho mais utentes (...)”

**UR137** – “ (...) não tenho capacidade financeira (...)”

## Entrevista: Animador de Idosos

**Tema:** Animação de Idosos

### Objectivos Gerais:

- ✎ Caracterizar a prática de um animador de idosos;
- ✎ Conhecer as actividades que se desenvolvem num centro de dia.

| Blocos                                      | Objectivos   | Questões   | Observações   |
|---|--|--|---|
| <b>A</b><br><br>A legitimação da entrevista | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Informar o entrevistado acerca da entrevista</li> <li>◦ Motivar o entrevistado</li> <li>◦ Garantir a confidencialidade</li> <li>◦ Pedir permissão para gravar a entrevista</li> </ul> |  |   |
|   |  |  |   |
| <b>B</b><br><br>Caracterização do animador. | Conhecer o percurso académico e profissional do animador.  | Que formação possui?                                     | (Especialização, outros cursos)   |
|   |  | Qual o seu percurso profissional?                        | Pedir breve descrição das várias funções e incidir mais nas relacionadas com a animação |
|   | Conhecer os interesses do animador face à sua escolha profissional.  | O que o(a) levou a trabalhar como animador(a) de idosos? |   |
|   |  | O que o levou a trabalhar neste nesta instituição?       | (Interesses e motivações)   |



| Blocos   | Objectivos                                   | Questões   | Observações   |
|--|--|--|---|
| <b>C</b><br>Caracterização das práticas do animador de idosos. | Compreender a prática do animador de idosos. | Quais são as suas funções?   | - Descreva um dia tipo de trabalho. Pedir uma descrição pormenorizada de cada actividade (p.e o que faz? como faz?) |
|  |  | Que tipo de actividades desenvolve? Como as desenvolve? Que metodologias usa? Dê exemplos.<br>- Como são definidas as actividades? Que participação tem os idosos na definição/negociação das actividades?                             |   |
|  |  | Com que tipo de problemas se depara nas suas práticas? Como ultrapassa esses problemas? Como as resolve?<br>- Com quem se relaciona no exercício da sua actividade? (p.e gestores/coordenadores da instituição)<br>- Os idosos mostram |   |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  |  | interesse nas actividades?<br><br>- Quais as actividades que os idosos mostram mais interesse e quais as que mostram ter menos interesse? | (Físicas, mentais, culturais, intelectuais...) |
|--|--|---|--|

## ENTREVISTA AO ANIMADOR DO CENTRO DE DIA “LEÕES DE PORTUGAL”

### **Que formação Académica que possui?**

Formação Técnica de Animação SocioCultural, e agora estou a tirar a Licenciatura em Animação SocioCultural.

### **Qual foi o seu percurso profissional?**

O meu primeiro local de trabalho foi numa escola particular, num colégio onde trabalhei com... nessa altura não havia especificamente essa profissão de animador, num fundo eu tive uma autorização do Ministério da Educação na altura, e acompanhei as crianças desde os 3 anos até à primeira classe, vamos imaginar que eu fiquei equiparada a uma educadora de infância. Eu estive 7 anos nessa escola, até a escola fechar, porque começou depois o Boom dos colégios a fechar... não havia assim tanta gente e os colégios foram fechando... e pronto eu vim embora porque o colégio fechou. Entretanto depois fui para fora de Portugal, fui para Macau e lá trabalhei como secretária de direcção... *que é um pouco diferente do que faz...* e um pouco diferente, não tem nada a haver comigo mas o meu marido foi para lá trabalhar, e eu não queria ficar sem trabalhar, entretanto trabalhei também... no fundo... eles designavam na altura de relações publicas... na fabrica X, e nos fazíamos as visitas guiadas, fazíamos a preparadas das visitas às escolas, fazíamos um percurso, e tínhamos um filme para passar nessa parte para divulgação, orientação... eram visitas de estudo para crianças... *sempre a trabalhar com crianças...* sempre com crianças. Depois... depois trabalhei esporadicamente também numa loja, enfim foram trabalhos que foram aparecendo, e depois então fui trabalhar para um ATL de uma escola pública, fui trabalhar para a Associação de Pais e estive lá 10 anos como coordenado do ATL, e trabalhava também directamente com as crianças mas ao mesmo tempo tinha as funções de coordenadora, e também me vim embora porque o ATL fechou, porque se calhar continuaria. Entretanto fui à procura de emprego, porque o ATL fechou extinguiram os postos de trabalho, não extinguiram a associação de pais porque ela ainda tem razão de ser, a associação não mas extinguiram os postos de trabalho, com a renovação dos horários perlongados... *e assim o ATL perdeu a razão de ser...* muito embora nos oferecêssemos já há muitos anos todas essas actividades, desporto, natação, nós oferecíamos esses serviços todos, colónia de férias... mas pronto... a Autarquia passou a tomar conta. Entretanto eu estive no funde de desemprego, estive 1 ano, até que a minha idade já me começava a afastar do mercado

de trabalho... *isso é relativo pois a experiencia também conta...* sim, mas a partida verem no formulário 45 anos, a partida eu era logo eliminada. Primeiro comecei a procurar na área, na área não encontrei, comecei a procurar qualquer outra coisa, porque eu também sou técnica de cate e documentação, tenho um curso de Inglês, tenho um curso de dactilografia, tenho experiencia em alguma coisa... até que um dia recebi a carta do fundo de desemprego e tive a alegre surpresa que me tinham colocado aqui no Centro de Dia, ao abrigo daquele programa de ocupação do desempregado, estique aqui 1 ano no âmbito desse programa, e depois assinei contrato. Neste momento estou aqui a contrato, não tem termo certo... a ideia da Direcção é que aumente o número de utentes e que eu fique efectiva, como eu sempre ambicionei mesmo quando estava no programa de ocupação. Fui muito bem recebida, tive uma boa integração... e daí comecei a interessar-me pela parte dos idosos... *A pergunta seguinte era exactamente essa...*

### **O que o(a) levou a trabalhar como animador(a) de idosos?**

Eu vejo isto como uma segunda oportunidade, daí eu achar que quando me colocaram aqui eu fiquei com muito medo, porque a minha experiencia era com miúdos... *sempre com crianças...* a minha experiencia era com miúdas, e tinha tido recentemente experiencia dos meus avós, a minha avó tinha falecido à 3 ou 4 meses, e eu estava um bocadinho... um bocadinho fragilizada com isso, os últimos meses foram complicados, e portanto eu achava que não era capaz, que era uma coisa que eu não era capaz, e depois vim, e comecei a interessar-me bastante, e comecei a tirar algumas formações especificamente nessa área, e daí também me ter entusiasmado para fazer a Licenciatura...

### **A outra questão era o que a tinha levado a trabalhar instituição, mas de certa forma está respondido...?**

Pois, está respondido, foram as circunstâncias...

### **Quais são as suas funções aqui no Centro de Dia?**

São várias, mas a minha função específica ou para aquilo que eu fui contratado, e para a animação do Centro de Dia e dos Leões... *pois porque eu coisa são os Leões de Portugal outra coisa é o Centro de Dia...* exactamente, uma das valências dos Leões de Portugal é o Centro de Dia, e depois outra valência que é a entrega de bolsas a jovens, a filhos de sócios carenciados, e outra das coisas que a Instituição (Leões de Portugal), oferece aos seus associados é um almoço de Natal e pelo menos um passeio anual, e portanto... uma das coisas que também tenho em

mãos é o passeio anual, para os utentes sempre e para os associados... *a sua função especificamente é a nível da animação, no entanto faz todas as outras actividades que devem ser feitas...* dai... como é que eu vou explicar... uma das coisas que eu tenho vindo a perceber ao longo do tempo a nossa função é de animador e aplicamos técnicas para obter esse fim específico, mas para além de sermos animadores somos também educadores sociais, porque no fundo é uma profissão muito polivalente. Um animador por exemplo num lar, num Centro de Dia, num ATL, for onde for, acaba por se ver envolvido em muitas outras coisas, do que só especificamente o trabalho como animador, ou o trabalho de animador comporta muito mais coisas que só... *o trabalho de animador é isso tudo...* ora aí está, há quem diga que um educador social não é animador e que um animador é educador social, e eu ao longo do tempo venho a perceber que isso de facto é assim, porque se a pessoa tem uma determinada função vai acabando por fazer de tudo um pouco, e isso também faz parte... da nossa formação específica, da animação, porque quando constituímos um grupo, nos temos que conhecer muito bem as pessoas e conhecer também a vida delas e daí vem a outra parte que não é especificamente a animação.

### **Que tipo de actividades desenvolve?**

Nós temos um espaço físico muito bom e por isso temos muita facilidade em desenvolver algumas actividades. Nós temos umas actividades específicas que constam sempre no plano, que é os movimentos, que é o projecto “Toma a Mexer” que ajuda... porque eu penso que eles apesar de estarem ligados a um clube de futebol ou um clube desportivo, não são pessoas com hábitos de educação física, e portanto, é uma coisa muito básica, porque a formação que nós temos é básica, e portanto nós não chamamos actividade física mas sim movimentos, fazemos alguns movimentos que vão mexer com alguma coisas que são também, um bocado para combater também... *o sedentarismo...* o sedentarismo, e está associado também a práticas de vida saudável, umas ajudas na alimentação, para isso também fizemos o ano passado uma palestra... e depois também temos as actividades de expressão plástica, é fixa, eles estão muito a vontade... os homens nem sempre aderem, em algumas ocasiões aderem, mas pronto.... Depois há os jogos, há os passeios, eu faço, tento sempre, e então a partir de agora fazer passeios a pé, lanches, tentar fazer também o máximo de actividades fora aqui do Centro, sempre que se pode em parceria também com outras instituições, que não só nos ajuda nos custos como também, o convívio com os outras pessoas do centro é sempre muito importante... também gostam de sair daqui... gostam de sair é uma das actividades preferidas deles, portanto tanto fazer passeios aqui em Lisboa de metro de autocarro, como ir passar o dia, almoçar, o ano

passado fomos à praia, fomos fazer um piquenique, e essa actividade teve imenso sucesso, os utentes não estavam habituados, já pediam outra vez, e sei lá, passamos um dia no Jardim Zoológico, já fomos também a espaços mais culturais, a Museus a Atleirs, que ao contrario daquilo que se possa pensar eles nunca dizem que não, ainda na outra semana fomos ao museu da marinha eles foram quase todos e com agrado e gostaram, porque nós vamos em parceria, como se prepara a visita especificamente para a sua faixa etária, por habito não está muita gente nos mesmo sítios, e até à muitos sítios e que arranjamos bancos para as pessoas levarem, portanto... é organizado especificamente para idosos o que é muito bom... já há algumas instituições que já se preocupam mais com os idosos... já, já há alguns museus que tem actividades especificas para os idosos, com moldes diferentes dos para as crianças e para o publico em geral, o que é uma coisa que já vai de acordo com o tempo que eles gostam de ter... Outra das actividades que temos e acompanhar as actividades da junta de freguesia direccionadas também para a terceira idade, pelo menos uma vez por mês há sempre uma actividade, e pronto... e fazemos também as festas de aniversário que é uma vez por mês também, que é um aniversário em conjunto, fazemos um lanche, contamos umas anedotas, conversa-se, aproveitamos também para a Coordenadora transmitir algumas informações, uma vez que é um dia em que se consegue reunir todos, e é sempre muito simpático, eles vem sempre... e depois vamos tendo actividades pontuais, em que se comemoram datas, tivemos o dia da mulher, assinalamos algumas datas com actividades especificas, porque sabemos que eles gostam de estar sempre em festa, principalmente com lanche.

**Como desenvolve essas actividades? Que metodologias usa? Dê exemplos.**

Fazendo a divulgação, tentando motiva-los primeiro, fazendo-os ver que vamos aqui... normalmente eu peço sempre a opinião quando há oportunidade de fazer algum passeio ou actividade eu normalmente pergunto “O que é que vocês achas de...”

**Como são definidas as actividades? Que participação tem os idosos na definição/negociação das actividades?**

Mesmo nas actividades do próprio centro... aqui uma das filosofias que nós temos é que ninguém é obrigado a nada, eles tem a liberdade de poder fazer ou não. Normalmente quando eu apresento alguma actividade eles em princípio se houver alguma coisa que há partida não lhes agrade muito eles começam a ver, depois motivam e participam. Mas normalmente eu converso sempre com eles, eu sei lá ... se os quisesse tirar do domino para fazer um bingo tem que ser “Então e amanhã se em vez de fazermos isto fizéssemos aquilo...” às vezes é muito complicado

tirá-los da rotina do domino, e depois há alguns elementos mais resistentes, fazem alguma... *fita...* fazem alguma *fita...* sempre que faz actividades com eles, negocia as actividades... sim, eu de tanto em tanto tempo faço um inquérito para fazer se estão a gostar ou não e o que é que lhes agrada, e normalmente o que lhes agrada é as actividades ao ar livre, qualquer que seja eles gostam, e outra actividade que eles gostam é actividade física principalmente fora, isto é, gostam de fazer uma caminhada participar em aulas de ginástica é as duas coisas que no geral lhes agrada. Como se pode verificar ele não tem o habito de ver televisão, eu não tenho o habito de lhes ligar a televisão... *pois porque quando nós vamos a um lar os idosos estão a ver televisão, e quando cheguei ao centro reparei que a televisão não está ligada...* eu quando vim para cá não havia animadora, eu realizei algumas actividades também consoante aquilo que a Coordenadora do Centro ia fazendo, começaram a concentrar-se muito aqui a biblioteca, porque antigamente eles concentravam-se muito na sala de jogos, e eu comecei a puxa-los mais para aqui porque acha que é muito mais acolhedor, e começaram a concentrar-se muito mais aqui, e como tu podes ver o centro do Centro é a Biblioteca, eles lêem eles jogam ao domino, eles fazem o que tem a fazer, e as vezes até vai-se começar qualquer coisa, mas vem à conversa um tema qualquer que vem no jornal e eu aproveito para falarmos um pouco, e cada um vai dando a sua opinião, e eu na medida do que posso e sei e digo, e pronto... às vezes de uma coisa que não está planeada surge... o que eu acho que também é uma actividade, um debate de ideias, troca de ideias o que é muito importante para eles, eles gostam imenso de conversar... *eles gostam muito de falar da vida deles...* e as vezes a propósito de uma coisa, vem outras coisas que para eles são muito interessantes.

**Como são definidas as actividades? Que participação tem os idosos na definição/negociação das actividades?**

Os problemas com que me deparo é termos pouco recursos humanos, por enfim eu gostaria sempre de ter o ideal, algumas limitações de alguns utentes que me obrigam a despendar mais tempo, ou a personalizar, e às vezes a pouco motivação que eles tem para fazer logo à partida qualquer coisa, pois são todos diferentes e nem sempre tem interesses comuns, e como é um grupo pequeno com várias especificidades, há actividades que eu não posso fazer porque os graus académicos não são iguais, temos um analfabeto, é difícil de um grupo tão pequeno estar a dividir e a fazer várias actividades, mas eu tenho sempre que arranjar actividades que vão ao encontro de todos, e às vezes não é fácil, e isso limita muito... *porque é um público muito heterogéneo...* de interesses nem tanto... *a nível académico...* sim, porque parecendo que não isso dificulta... porque em grupos maiores, a gente pode criar até, pode fazer várias cenas e



vários ateliers, aqui não posso fazer isso porque eles são muito poucos... *são quantos?* Neste momento são 17/18... *formalmente, porque nem sempre vem todos...* Sim, temos uns que são assíduos outros nem tanto, exactamente porque é um centro atípico, não há nada que obrigue, e que esteja integrado... nem de acordo com a sua disponibilidade. O que os faz vir para aqui, o que os motiva a vir para aqui é o facto de ter o Sporting como factor comum e daí virem de vários sítios, pois temos utentes de diferentes freguesias, e portanto às vezes a assiduidade é difícil.

### **Como ultrapassa esses problemas? Como as resolve?**

Eu tento fazer actividades que os possa englobar a todos, que os integre a todos. Se eu tiver que despende mais tempo com algum em especial, eu converso com eles, e tendo que eles compreendam também... no sentido de eles compreenderem a situação, falando com eles, conversando com eles, sensibilizando-os também que eles próprios também podem dar uma ajuda, e que eles próprios também podem tomar a iniciativa para a realização das actividades... para ajudar os outros... eles não tem grandes amizades, fora daqui... mas aqui dentro formam uma dupla... principalmente com os casos mais especiais acaba por haver uma grande solidariedade em relação a mim e a todas as que trabalham aqui, e eu considero isso uma mais valia. Uma das formas de os motivar, quando eles não estão muito abertos a actividades, eu acho que, não sendo propriamente uma actividade, não sendo propriamente um técnica, através de outras coisas chegar aquele objectivo concreto que é, combater o sedentarismo, torna-los mais úteis, sentiram-se mais vivos, e talvez através de outras estratégias se consiga ir lá, não indo pelo jogo em si, ou pela aquela actividade especifica em si.

### **Com quem se relaciona no exercício da sua actividade? (p.e gestores/coordenadores da instituição)**

Com todas as pessoas que trabalham aqui... *isso é fundamental...* sim, isso considero fundamental... com a coordenador do centro, com a auxiliar do centro e com a própria rececionista... portanto é fundamental trabalhar em conjunto, em grupo, e criar uma espécie de uma rede que ajude principalmente os idosos

### **Os idosos mostram interesse nas actividades?**

Eu penso que sim, que eles têm interesse. As vezes eu acho que... a primeira palavra é sempre “eu não sei fazer”, “eu nunca fiz”, “eu não posso” “dói-me isto”, “dói-me aquilo”, mas depois eu acho que aos pouco e poucos eles se vão embrenhando nas coisas e nem estão a perceber

muito bem... e se não se criarem uns objectivos muito claros, como fazer as reuniões com a Coordenadora, fazer as actividades de Natal que tem um objectivo muito específico que é vender, para depois voltar a investir dinheiro na compra de mais materiais, ou mesmo pagar a entrada no museu, eu ir lanchar aos pasteis de Belém que é uma coisa que eles adoram, e portanto eles vão fazendo alguma coisa que eu quero, e depois também lhes dou alguma coisa que lhes agrade, e ir aos pasteis de Belém é uma coisa que eles adoram, e isso é uma coisa que fazemos muito, olhem para a semana vamos, se tiver bom tempo em tal dia vamos aos pasteis de Belém. Ora aí vamos nós de metro, nós deslocamo-nos muito de transportes públicos, porque não temos outra forma. Vamos de metro até ao Rossio, no Rossio apanhamos o eléctrico, vamos até aos Jerónimos, damos uma voltinha no jardim, vamos aos pasteis de Belém, comemos um pastelinho e depois vimos, e assim se passa uma tarde agradável que eles gostam e ainda andam um pouco e é uma tarde muito agradável. Isto é só um exemplo de uma actividade desenvolvida. Às vezes estamos a conversar e vem a baila que já há muito tempo que não andavam de elevador, e eu desenvolvi uma actividade para andarmos de elevador, para irmos no elevador da Gloria, e fizemos isso, fomos até ao Rossio de metro, apanhamos o elevador, fizemos um passeio no miradouro, depois quiseram vir a pé, e fomos até à estação do Rossio porque a maior parte deles ainda não tinha visto aquela obra concluída e estavam com curiosidade, e assim no mesmo dia ao mesmo tempo que eles vão recordando coisas da vida, vamos visitando alguns monumentos da cidade, e vamos passando um tempo agradável.

**Quais as actividades que os idosos mostram mais interesse e quais as que mostram ter menos interesse?**

Toda a parte de trabalhos manuais... mas tudo depende do objectivo. Se houver um objectivo toda a gente se envolve, e eu posso dar o exemplo de fazer as flores para os santos populares, os senhores não participaram tanto na elaboração das flores em si, mas nas quadras, na venda das flores lá, no marketing que nós fizemos para vender as nossas flores, na divulgação, nisso eles participaram todos, porque tínhamos aquele objectivo, porque isto foi no arraial da junta de freguesia do Lumiar, e todas as instituições fazem uma venda, mas nós aqui não temos material suficiente para fazer uma venda, mas nós agora já temos mais senhoras e se calhar já temos mais coisinhas para vender, não conseguimos fazer tudo, mas conseguirmos fazer qualquer coisa... e portanto eles envolveram, portanto eles envolvem-se menos na parte manual, mas envolvem-se em todo o processo em si, eles depois no fundo acabam por se envolver para mostrar a cara da instituição, vamos mostrar qualquer coisa, somos nós a fazer, somos nós a dar a cara, eles então

ai empenham-se ... *e isso é um sinal que gostam da instituição...* sim, sim, eu coisa que eu não tenho aqui é discussões, ele trocam ideias entre si, mas sem discussão. Portanto as actividades que mas gostam são realmente os passeios, e também gosto muito dos lanches, são fundamentais. Uma das maneiras que tenho para os motivar para uma actividade mesmo que não seja aqui no centro, é dizer que a seguir há o lanche, e isso as vezes ajuda a fazer com que eles vão, não tanto às vezes pela actividade em si mas pelo lanche, e é realmente uma forma de os cativar, e assim vamos chegar ao nosso objectivo, porque o intuito do animador é chegar ao seu objectivo específico, e realmente um método/ estratégia com esta população é realmente a nível alimentar, mesmo durante a semana com o almoço, gostam sempre de saber o que vão almoçar. Uma das coisas que nos vamos apercebendo é que toda as necessidades físicas e fisiológicas é importante, porque são a sua rotina, a alimentação a parte fisiologia, e isso é a preocupação da vida deles, aquilo é a rotina deles.

Tema: Caracterização do/a Animador

| CATEGORIA             | SUB-CATEGORIA  | INDICADORES   | UNIDADES DE REGISTO    |
|-----------------------|--|---|------------------------|
| Formação Académica    |  | Animação Sociocultural  | UR1                    |
|                       | Formação Profissional                                  | Técnica de Documentação, Curso de Inglês e curso de Dactilografia | UR14; UR15; UR16       |
| Percurso Profissional | Experiência Profissional                               | Educadora de Infância   | UR2; UR3               |
|                       |  | Secretária  | UR4                    |
|                       |  | Relações Públicas   | UR5; UR6               |
|                       |  | Lojista   | UR9                    |
|                       |  | ATL   | UR10; UR13             |
|                       |  | Centro de Dia   | UR17                   |
|                       | Tipo de público com que trabalhou                      | Crianças  | UR7; UR8; UR9          |
|                       |  | Idosos  | UR18                   |
| Perfil do Animador/a  | Funções de desempenha na Instituição Leões de Portugal | Animação da Instituição   | UR20                   |
|                       | Diferentes Funções no Centro de Dia                    | Educadora Social  | UR22; UR25             |
|                       |  | Profissão Polivalente   | UR23; UR24; UR26; UR27 |

Tema: Actividades Desenvolvidas no Centro de Dia

| CATEGORIA                 | SUB-CATEGORIA                    | INDICADORES  | UNIDADES DE REGISTO         |
|---------------------------|----------------------------------|--|-----------------------------|
| Tipo de Actividades       | Actividades Físicas              | Actividades Físicas/ Aulas de Movimentos Projecto "Toca a Mexer" | UR28; UR31; UR32            |
|                           |                                  | Básica   | UR30                        |
|                           |                                  | Idosos sem hábitos de educação física                            | UR29                        |
|                           |                                  | Práticas de Vida Saudavel  | UR33; UR34                  |
|                           |                                  | Passeios a pé  | UR39                        |
|                           | Trabalhos Manuais                | Actividades de expressão plástica                                | UR35                        |
|                           |                                  | Os senhores nem sempre aderem                                    | UR36                        |
|                           |                                  | Jogos/ Dómino  | UR37                        |
|                           |                                  | Festas de Aniversário  | UR57; UR58                  |
|                           |                                  | Museus   | UR49; UR50                  |
|                           |                                  | Passeios   | UR38                        |
|                           |                                  | Actividades fora do Centro                                       | UR40                        |
|                           | Parceria com outras Instituições | Mais valia para os utentes e para o Centro                       | UR41; UR42; UR43;UR51; UR56 |
|                           |                                  | Preparadas para a população idosa especificamente                | UR52; UR53; UR54;UR55       |
|                           | Metodologia                      | Divulgação   | UR59                        |
|                           |                                  | Pedir a opinião dos utentes                                      | UR60                        |
|                           |                                  | Ninguém é obrigado a participar                                  | UR61; UR62                  |
| Definição das Actividades | Participação dos Idosos          | Motivá-los através do Dialogo                                    | UR63; Ur64                  |
|                           |                                  | Através de um inquerito  | UR65                        |

|                                      |                             |   |  |
|--------------------------------------|-----------------------------|---|--|
| Dificuldades/<br>Problemas           |                             | Pouco Recursos humanos                          | UR72   |
|                                      |                             | Despende algum tempo com os utentes dependentes | UR73   |
|                                      |                             | Falta de Motivação por parte dos utentes        | UR74; UR75   |
|                                      |                             | Grupo muito heterogéneo                         | UR76   |
|                                      |                             | Número reduzido de utentes                      | UR77; UR78   |
|                                      | Soluções                    | Actividades que os possa integrar a todos       | UR79   |
|                                      |                             | Conversando com os idosos                       | UR80; UR81   |
|                                      |                             | Fazer com que se sintam mais úteis              | UR82; UR83   |
| Trabalho em equipa                   |                             | Coordenadora, auxiliar e rececionista           | UR84   |
| Interesse dos idosos nas actividades | Actividades que mais gostam | Conversar                                       | UR69;UR70;UR71   |
|                                      |                             | Ginástica                                       | UR68   |
|                                      |                             | Lanches   | UR89;UR90;UR95   |
|                                      |                             | Passeios fora do Centro                         | UR44;UR45;UR46;UR47;UR48;UR66;UR67;UR91;UR92;UR93;UR95 |
|                                      |                             | Inicialmente pouco motivados                    | UR85;UR86;UR87   |
|                                      |                             | Têm que ter objectivos concretos                | UR88;UR95  |

## **LISTAGEM DAS UNIDADES DE REGISTO**

- UR1 - “Formação Técnica de Animação SocioCultural, e agora estou a tirar a Licenciatura em Animação SocioCultural.”
- UR2 – “O meu primeiro local de trabalho foi numa escola particular, num colégio (...)”
- UR3 – “ (...) acompanhei as crianças desde os 3 anos até à primeira classe, vamos imaginar que eu fiquei equiparada a uma educadora de infância.”
- UR4 – “ (...) fui para Macau e lá trabalhei como secretária de direcção (...)”
- UR5 – “ (...) eles designavam na altura de relações públicas (...)”
- UR6 – “ (...) fazíamos as visitas guiadas, fazíamos a preparadas das visitas às escolas, fazíamos um percurso, e tínhamos um filme para passar nessa parte para divulgação, orientação (...)”
- UR7 – “ (...) eram visitas de estudo para crianças (...)”
- UR8 – “ (...) sempre com crianças.”
- UR9 – “ (...) depois trabalhei esporadicamente também numa loja (...)”
- UR10 – “ (...) fui trabalhar para um ATL de uma escola pública, fui trabalhar para a Associação de Pais (...)”
- UR11 – “ (...) estive lá 10 anos como coordenado do ATL (...)”
- UR12 – “ (...) trabalhava também directamente com as crianças (...)”
- UR13 – “ (...) mas ao mesmo tempo tinha as funções de coordenadora (...)”
- UR14 – “ (...) técnica de documentação (...)”
- UR15 – “ (...) tenho um curso de Inglês (...)”
- UR 16 – “ (...) tenho um curso de dactilografia (...)”
- UR17 – “ (...) colocado aqui no Centro de Dia (...)”
- UR18 – “ (...) comecei a interessar-me pela parte dos idosos (...)”
- UR19 – “ (...) a minha experiencia era com miúdas (...)”
- UR20 – “ (...) animação do Centro de Dia e dos Leões (...)”
- UR21 – “ (...) uma das coisas que também tenho em mãos é o passeio anual (...)”
- UR22 – “ (...) mas para além de sermos animadores somos também educadores sociais (...)”
- UR23 – “ (...) porque no fundo é uma profissão muito polivalente.”

UR24 – “Um animador por exemplo num lar, num Centro de Dia, num ATL, for onde for, acaba por se ver envolvido em muitas outras coisas, do que só especificamente o trabalho como animador, ou o trabalho de animador (...)”

UR25 – “ (...) há quem diga que um educador social não é animador e que um animador é educador social (...)”

UR26 – “ (...) porque se a pessoa tem uma determinada função vai acabando por fazer de tudo um pouco, e isso também faz parte... da nossa formação específica, da animação (...)”

UR27 – “ (...) porque quando constituímos um grupo, nos temos que conhecer muito bem as pessoas e conhecer também a vida delas e daí vem a outra parte que não é especificamente a animação.”

UR28 – “Nós temos umas actividades específicas que constam sempre no plano, que é os movimentos, que é o projecto “Toma a Mexer” (...)”

UR29 – “ (...) porque eu penso que eles apesar de estarem ligados a um clube de futebol ou um clube desportivo, não são pessoas com hábitos de educação física (...)”

UR30 – “ (...) é uma coisa muito básica (...)”

UR31 – “ (...) porque a formação que nós temos é básica, e portanto nós não chamamos actividade física mas sim movimentos (...)”

UR32 – “ (...) fazemos alguns movimentos que vão mexer com alguma coisas que são também, um bocado para combater também... o *sedentarismo*... o sedentarismo (...)”

UR33 – “ (...) e está associado também a práticas de vida saudável (...)”

UR34 – “ (...) ajudas na alimentação (...)”

UR35 – “ (...) temos as actividades de expressão plástica (...)”

UR36 – “ (...) os homens nem sempre aderem, em algumas ocasiões aderem, mas pronto (...)”. UR37 – “Depois há os jogos (...)”

UR38 – “ (...) há os passeios (...)”

UR39 – “ (...) a partir de agora fazer passeios a pé (...)”

UR40 – “ (...) tentar fazer também o máximo de actividades fora aqui do Centro (...)”

UR41 – “ (...) sempre que se pode em parceria também com outras instituições (...)”

UR42 – “ (...) que não só nos ajuda nos custos como também (...)”



- UR43 – “ (...) o convívio com os outras pessoas do centro é sempre muito importante (...)”
- UR44 – “ (...) gostam de sair é uma das actividades preferidas deles, portanto tanto fazer passeios aqui em Lisboa de metro de autocarro (...)”
- UR45 – “ (...) como ir passar o dia, almoçar (...)”
- UR46 – “ (...) o ano passado fomos à praia (...)”
- UR47 – “ (...) fomos fazer um piquenique, e essa actividade teve imenso sucesso, os utentes não estavam habituados, já pediam outra vez (...)”
- UR48 – “ (...) passamos um dia no Jardim Zoológico (...)”
- UR49 – “ (...) já fomos também a espaços mais culturais, a Museus a Atleirs (...)”
- UR50 – “ (...) ainda na outra semana fomos ao museu da marinha eles foram quase todos e com agrado e gostaram (...)”
- UR51 – “ (...) porque nós vamos em parceria (...)”
- UR 52 – “ (...) como se prepara a visita especificamente para a sua faixa etária (...)”
- UR53 – “ (...) é organizado especificamente para idosos (...)”
- UR54 – “ (...) instituições que já se preocupam mais com os idosos (...)”
- UR55 – “ (...) já há alguns museus que tem actividades específicas para os idosos (...)”
- UR56 – “ (...) Outra das actividades que temos e acompanhar as actividades da junta de freguesia direccionadas também para a terceira idade (...)”
- UR57 – “ (...) e fazemos também as festas de aniversário que é uma vez por mês (...)”
- UR58 – “ (...) que é um aniversário em conjunto (...)”
- UR59 – “ (...) Fazendo a divulgação, tentando motiva-los primeiro (...)”
- UR60 – “ (...) normalmente eu peço sempre a opinião (...)”
- UR61 – “ (...) aqui uma das filosofias que nós temos é que ninguém é obrigado a nada (...)”
- UR62 – “ (...) eles tem a liberdade de poder fazer ou não.”
- UR63 – “ (...) apresento alguma actividade eles em princípio se houver alguma coisa que há partida não lhes agrada muito eles começam a ver, depois motivam e participam.”
- UR64 – “Mas normalmente eu converso sempre com eles (...)”
- UR65 – “ (...) eu de tanto em tanto tempo faço um inquérito para fazer se estão a gostar ou não (...)”

- UR66 – “ (...) e normalmente o que lhes agrada é as actividades ao ar livre (...)”
- UR67 – “ (...) gostam de fazer uma caminhada (...)”
- UR68 – “ (...) participar em aulas de ginástica (...)”
- UR69 – “ (...) mas vem à conversa um tema qualquer que vem no jornal e eu aproveito para falarmos um pouco (...)”
- UR70 – “ (...) o que eu acho que também é uma actividade, um debate de ideias, troca de ideias o que é muito importante para eles (...)”
- UR71 – “ (...) eles gostam imenso de conversar (...)”
- UR72 – “ (...) é termos pouco recursos humanos (...)”
- UR73 – “ (...) algumas limitações de alguns utentes que me obrigam a despende mais tempo, ou a personalizar (...)”
- UR74 – “ (...) e às vezes a pouca motivação que eles tem para fazer logo à partida (...)”
- UR75 – “ (...) pois são todos diferentes e nem sempre tem interesses comuns (...)”
- UR76 – “ (...) grupo pequeno com várias especificidades (...)”
- UR77 – “ (...) aqui não posso fazer isso porque eles são muito poucos (...)”
- UR78 – “ (...) portanto às vezes a assiduidade é difícil.”
- UR79 – “Eu tento fazer actividades que os possa englobar a todos, que os integre a todos.”
- UR80 – “ (...) eu converso com eles (...)”
- UR81 – “ (...) falando com eles, conversando com eles (...)”
- UR82 – “ (...) acaba por haver uma grande solidariedade em relação a mim e a todas as que trabalham aqui (...)”
- UR83 – “ (...) torna-los mais úteis, sentiram-se mais vivos (...)”
- UR84 – “ (...) com a coordenador do centro, com a auxiliar do centro e com a própria rececionista (...)”
- UR85 – “eu não sei fazer”
- UR86 – “eu nunca fiz”
- UR87 – “eu não posso” “dói-me isto”, “dói-me aquilo”
- UR88 – “ (...) fazer as actividades de Natal que tem um objectivo muito específico que é vender, para depois voltar a investir dinheiro na compra de mais materiais, ou mesmo pagar a entrada no museu (...)”

UR89 – “ (...) aos pasteis de Belém (...)

UR90 – “ (...) e ir aos pasteis de Belém é uma coisa que eles adoram (...)

UR91 – “ (...) vamos até aos Jerónimos, damos uma voltinha no jardim, vamos aos pasteis de Belém (...)

UR92 – “ (...) eu desenvolvi uma actividade para andarmos de elevador, para irmos no elevador da Gloria (...)

UR93 – “ (...) fizemos um passeio no miradouro (...)

UR94 – “Toda a parte de trabalhos manuais (...)

UR95 – “Se houver um objectivo toda a gente de envolve (...)

UR96 – “Portanto as actividades que mas gostam são realmente os passeios (...)

UR97 – “ (...) e também gosto muito dos lanches (...)

## Questionário aos Idosos

### I – ENQUADRAMENTO DO IDOSO/A NA INSTITUIÇÃO

1. Moro:

- Sozinho ☐
- Filho/a (s) ☐
- Neto/a (s) ☐
- Marido/ Esposa ☐
- Outro/a (s) ☐
- 
- 

2. Como tomou conhecimento do Centro de Dia da Instituição “Leões de Portugal”?

- Internet ☐
- Familiars ☐
- Amigos ☐
- Sporting ☐
- Outro/a (s) ☐
- 
- 

3. O que o levou a vir para o Centro de Dia?

- Porque Estou sozinho em casa ☐
- É uma forma de comunicar com outras pessoas ☐
- São realizadas actividades que gosto de realizar ☐
- É uma forma de esquecer a vida ☐
- É uma forma de estar activo ☐
- Outro/a (s) ☐

---

---

4. Costuma participar nas actividades que são desenvolvidas no Centro de Dia?

Sim ☐

Não ☐

4.1. Que sim, quais as actividades em que participa?

---

---

---

4.2. Se não, porque não participa nas actividades?

- Não gosto das actividades que são realizadas ☐
- Não me sinto em condições físicas nem psicológicas para desenvolver as actividades ☐
- À hora em que estou no centro não se desenvolvem actividades ☐
- Gosto de estar no centro de dia para conversar com outras pessoas não para desenvolver actividades ☐
- Outro/a (s) ☐

---

---

5. Participa nas Actividades de forma:

- Voluntária porque gosto das actividades que se desenvolvem ☐
- Impõe/ Obrigam-me a participar nas actividades ☐
- Participo porque não há mais nada para fazer ☐
- Só participo nas actividades que eu gosto mais ☐
- Outro/a (s) ☐

---

---

6. Que tipo de actividades gosta mais de realizar

- Físicas ☐
- Psíquicas ☐
- Lúdicas ☐
- Culturais ☐
- Leitura ☐
- Teatro ☐
- Outro/a (s) ☐

---

---

7. Sugira uma actividade que gostasse de realizar no centro de dia.

---

---

---

**I – DADOS PESSOAIS**

1. Idade \_\_\_\_\_

2. Sexo:

F ☐ M ☐

3. Estado Civil

|                           |  |
|---------------------------|--|
| Solteiro(a)               |  |
| Casado(a)                 |  |
| Divorciado(a)/Separado(a) |  |
| Viúvo(a)                  |  |
| Com Filhos (as)           |  |
| Sem Filhos (as)           |  |

#### 4. Nível Escolar

|  |  |
|--|--|
| Nunca frequentei a escola                              |  |
| Frequentou mas não completou o Ensino Primário         |  |
| Ensino Primário (4ª classe)                            |  |
| Ensino Preparatório (6º ano)                           |  |
| Ensino Secundário unificado (9º ano)                   |  |
| Ensino Complementar ou equivalente (7º ano ou 12º ano) |  |
| Ensino superior não universitário                      |  |
| Ensino Superior universitário                          |  |

#### 5. Profissão que desempenhava

|   |  |
|---|--|
| Quadros Superiores da Administração Pública, Dirigentes e Quadros Superiores de Empresa |  |
| Especialistas das Profissões Intelectuais e Científicas                                 |  |
| Técnicos e Profissionais de nível Intermediário   |  |
| Pessoal administrativo e Similares  |  |
| Pessoal dos Serviços e Vendedores   |  |
| Agricultores e Trabalhadores Qualificados da Agricultura e Pescas                       |  |
| Operários, Artífices e Trabalhadores Similares  |  |
| Operadores de Instalações e Máquinas e Trabalhadores da Montagem                        |  |
| Trabalhadores não Qualificados  |  |
| Outro/a   |  |
| Qual? _____   |  |

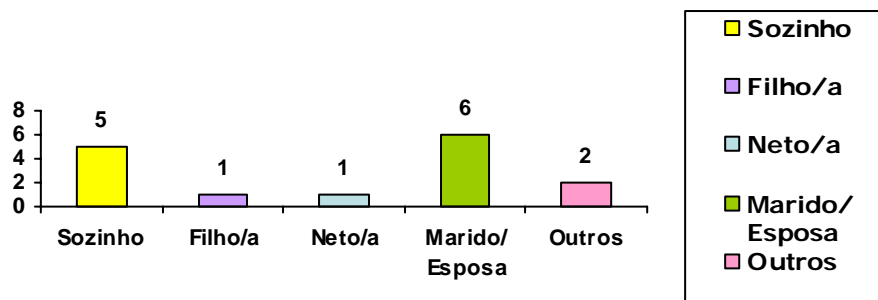
Obrigada pela Participação!



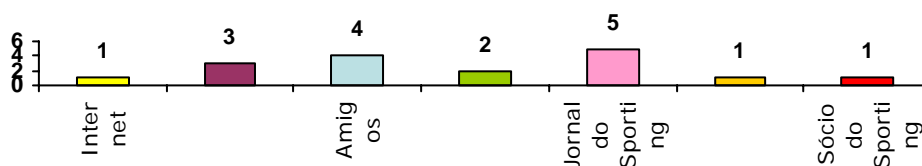
## ANÁLISE DOS QUESTIONÁRIOS AOS IDOSOS

### I – ENQUADRAMENTO DO IDOSO NA INSTITUIÇÃO

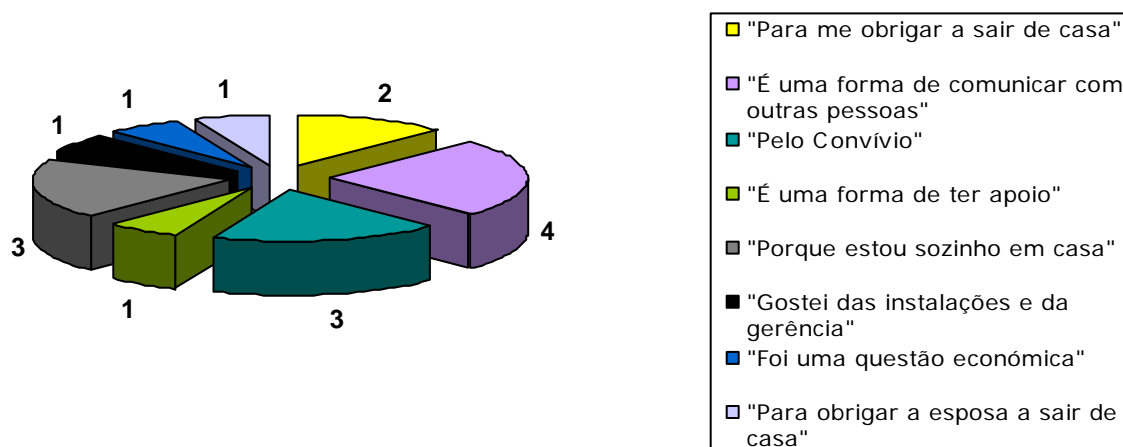
#### 1. Com quem mora o idoso.



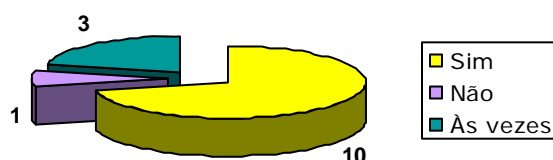
#### 2. Como tomou conhecimento do Centro de Dia dos Leões de Portugal



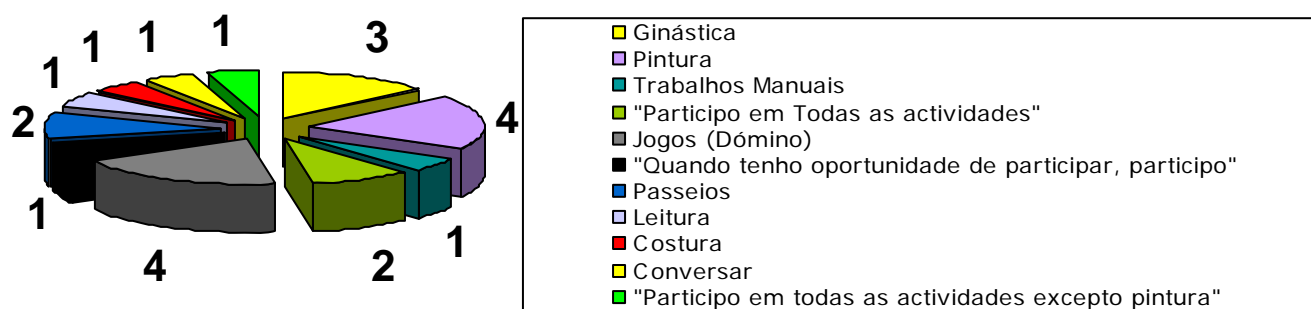
#### 3. O que o levou a vir para o Centro de Dia.



#### 4. Costuma participar nas actividades que são desenvolvidas no Centro de Dia.



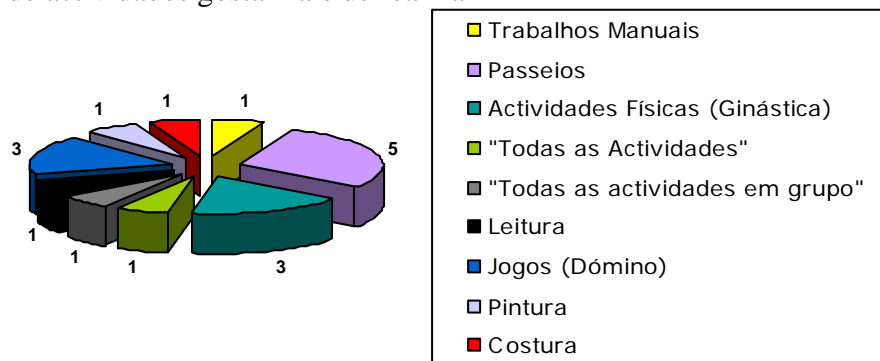
#### 4.1. Quais as actividades em que participa



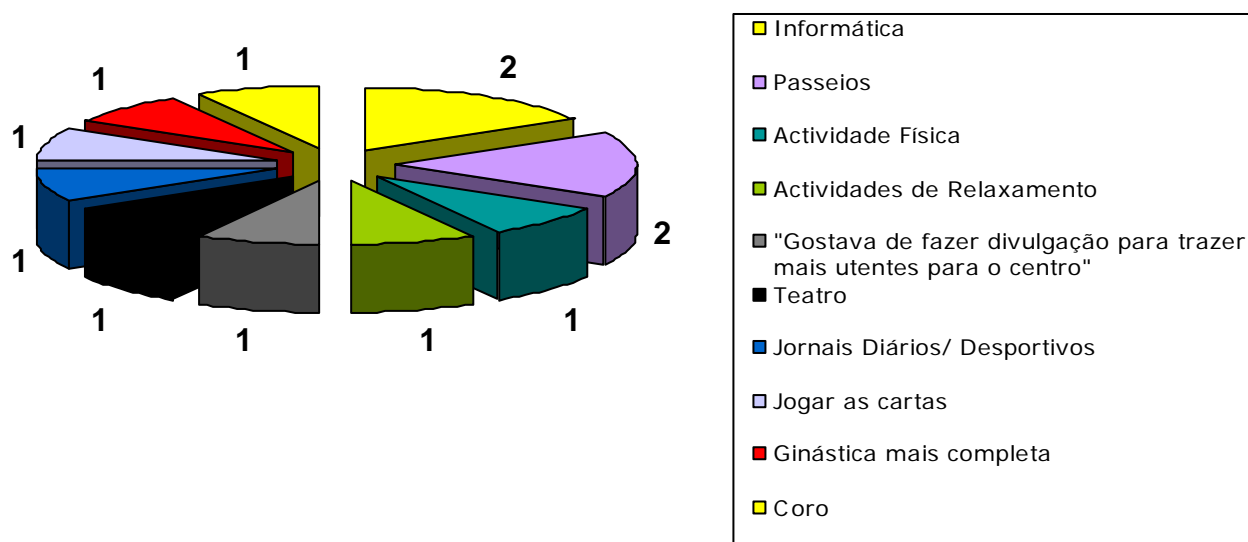
#### 5. Participa nas actividades de forma.



#### 6. Que tipo de actividades gosta mais de realizar

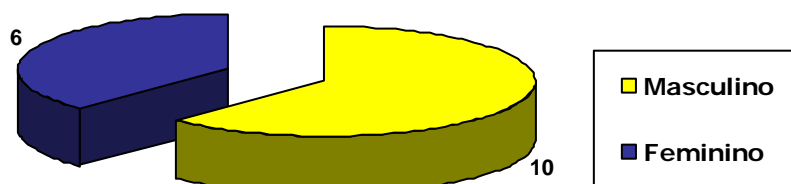


7. Sugira uma actividade que gostasse de realizar no centro de dia.

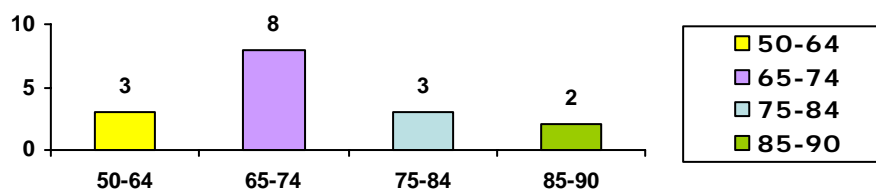


## II – DADOS PESSOAIS

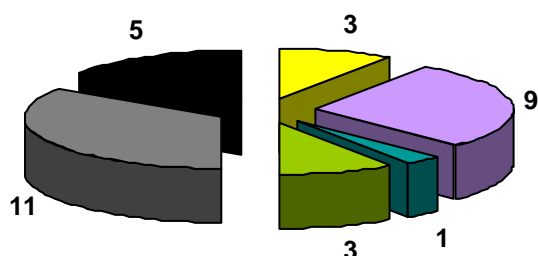
1. Sexo



2. Idade

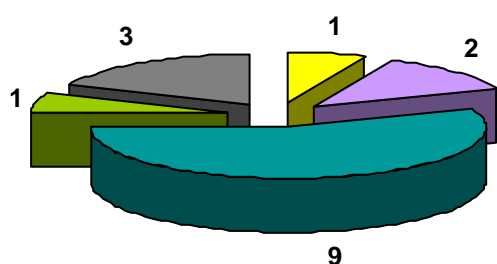


### 3. Estado Civil



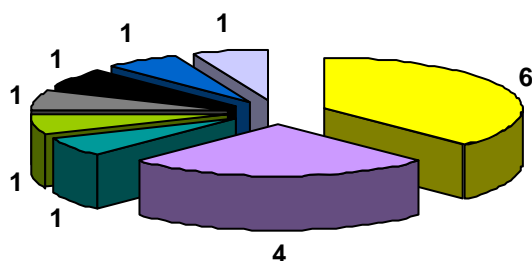
- Solteiro/a
- Casado/a
- Divorciado/a / Separado/a
- Viúvo/a
- Com Filhos/as
- Sem Filhos/as

### 4. Nível Escolar



- Nunca frequentou a escola
- Frequentou mas não completou o Ensino Primário
- Ensino Primário (4ª Ano)
- Ensino Preparatório (6ª Ano)
- Ensino Secundário Unificado (9ª Ano)

### 5. Profissão que desempenhava



- Agricultores
- Funcionário Público
- Comerciante
- Costureira
- Gerente de Fábrica
- Electricista
- Escriturário
- Contabilista